
مجلة الفتاة العربية
مجلة شهرية العدد ٩٤
Fula Magazine
من سرب أسئلة الامتحان؟
إنه سؤال صعب فعلاً،
ولكن.....!!


NEW BOY
fulla
مجموعة الشاي المذهلة
افتحي غطاء
إبريق الشاي
واستمعي إلى
الألحان الرائعة!
مجموعة الشاي
تُصدر أصواتاً
حقيقيةً!
حركي الملعقة
في الكأس و شاهدي
الدوائر المذهلة التي تتشكل
على السائل البراق!
fulla
3+
مجموعة الشاي المذهلة
My Magical Tea Party
NewBoy© 2014. All Rights Reserved.
/fullaPage
fulla.com

مجلة الفتاة العربية
fulla Magazine

هل تعرفين ما الذي يميزك عن الآخرين؟
إنها بصمتك.. لا أقصد طبعاً بصمة إصبعك بل بصمة عقلك.. فهي ما يجعلك وحيدة وفريدة ومتميزة عمن حولك.. لأنك أنت من يرسم خطوطها وانحناءاتها.. وأنت من يحفر أخاديدها ويهندس زواياها..
فاحرصي على أن تكون خطوطك قوية وجذورها راسخة.. واحرصي على أن لا ترحلي من هذه الدنيا إلا وقد حفرت تلك البصمة فيها!!..
فلة



في هذا العدد

أسرة العمل

رئيس التحرير .... منار الطرابيشي
مدير التحرير .... زينة جوخدار
المدير الفني .... خالد شق
المدقق اللغوي .... بثينة اللحام
سكرتارية .... هبة مروشه
إخراج الصفحات: آية النقاب
تحضير طباعي: أحمد سعد الدين
تصوير فوتوغرافي: أحمد الصيداوي

وكلاء التوزيع المعتمدون

		هاتف	سعر البيع	
السعودية	الشركة السعودية للتوزيع	441 99 33	12.00	ريال
الإمارات	شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع	391 65 00	12.00	درهم
قطر	دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع	455 78 30	12.00	ريال
الكويت	شركة باب الكويت للصحافة والتوزيع	0096522272734	1.00	دينار
البحرين	مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف	174 80 800	1.200	دينار
الأردن	شركة الاتجاهات الأربعة للتوزيع	534 10 05	2.250	دينار
عمان	مؤسسة العطاء للتوزيع	244 91 399	1.200	ريال
لبنان	شركة الناشرون لتوزيع الصحف والمطبوعات	277 088	4000	ليرة
سورية	للاشتراك الاتصال على الرقم	0933-27 22 21	150	ليرة
العراق	شركة الباقة الشرق للإنتاج الإعلامي	077 320 90 90	4750	دينار
اليمن	القائد العربية للنشر والتوزيع	331 797	450	ريال
السودان	دار الريان للثقافة والنشر والتوزيع	154 94 57 70	7.00	جنيه
تونس	الشركة التونسية للصحافة سوتوبريس	713 22 499	3.00	دينار
المغرب	الشركة العربية الإفريقية للتوزيع والصحافة والنشر	522 24 92 00	20.00	درهم
مصر	مؤسسة أخبار اليوم للتوزيع	258 06 226	10.00	جنيه
مصر	شركة إيجيبت تودي	245 02 026	10.00	جنيه
ليبيا	شركة زويد لاستيراد الكتب	092 71 01 441	3.00	جنيه
الجزائر	شركة دار المعرفة العالمية للنشر والتوزيع	079 51 57 641	200	دينار

للإعلان ضمن صفحات المجلة الرجاء الاتصال على البريد الالكتروني advertise@fulla.com

NEW BOY



أحداث غيرت مجرى التاريخ

نانا كوتو (الجزء الأول)

رسوم: خالد شق - سيناريو: ماريا دعدوش - تعبير وتلوين: علي ملش

يبدو أن الفتيات انتقلن إلى مكان مجهول دون علمهن، فما الذي حدث بالضبط!

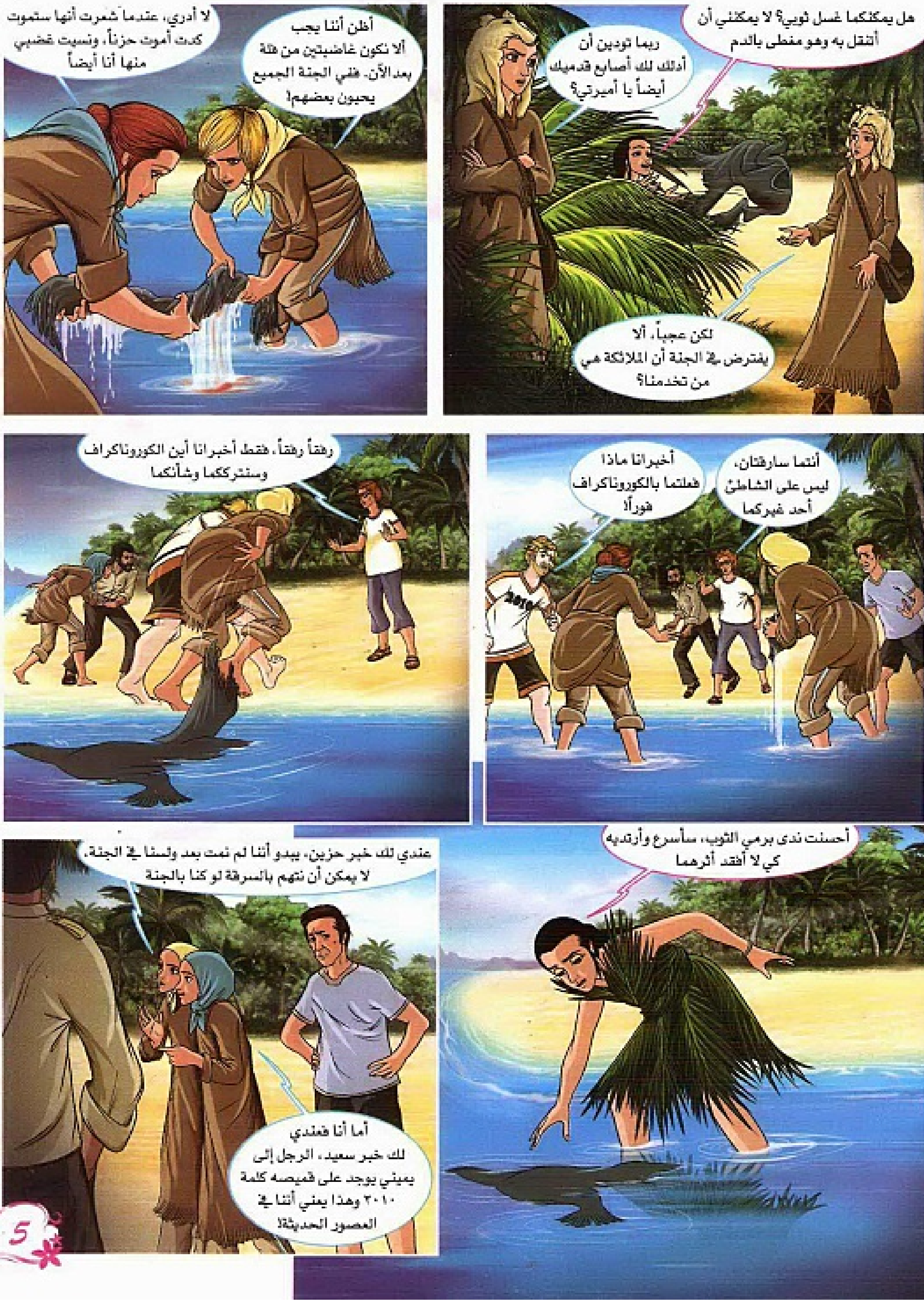




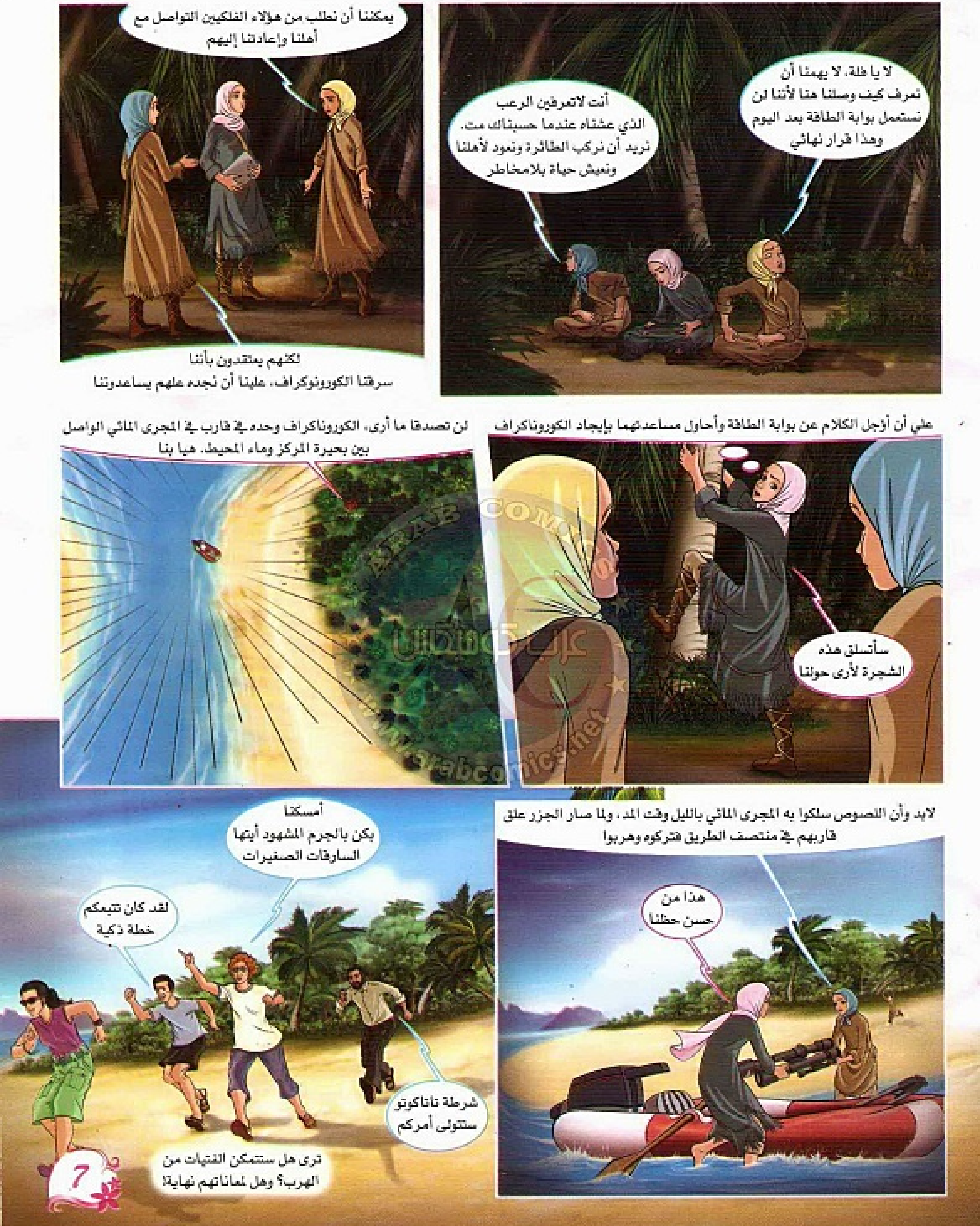




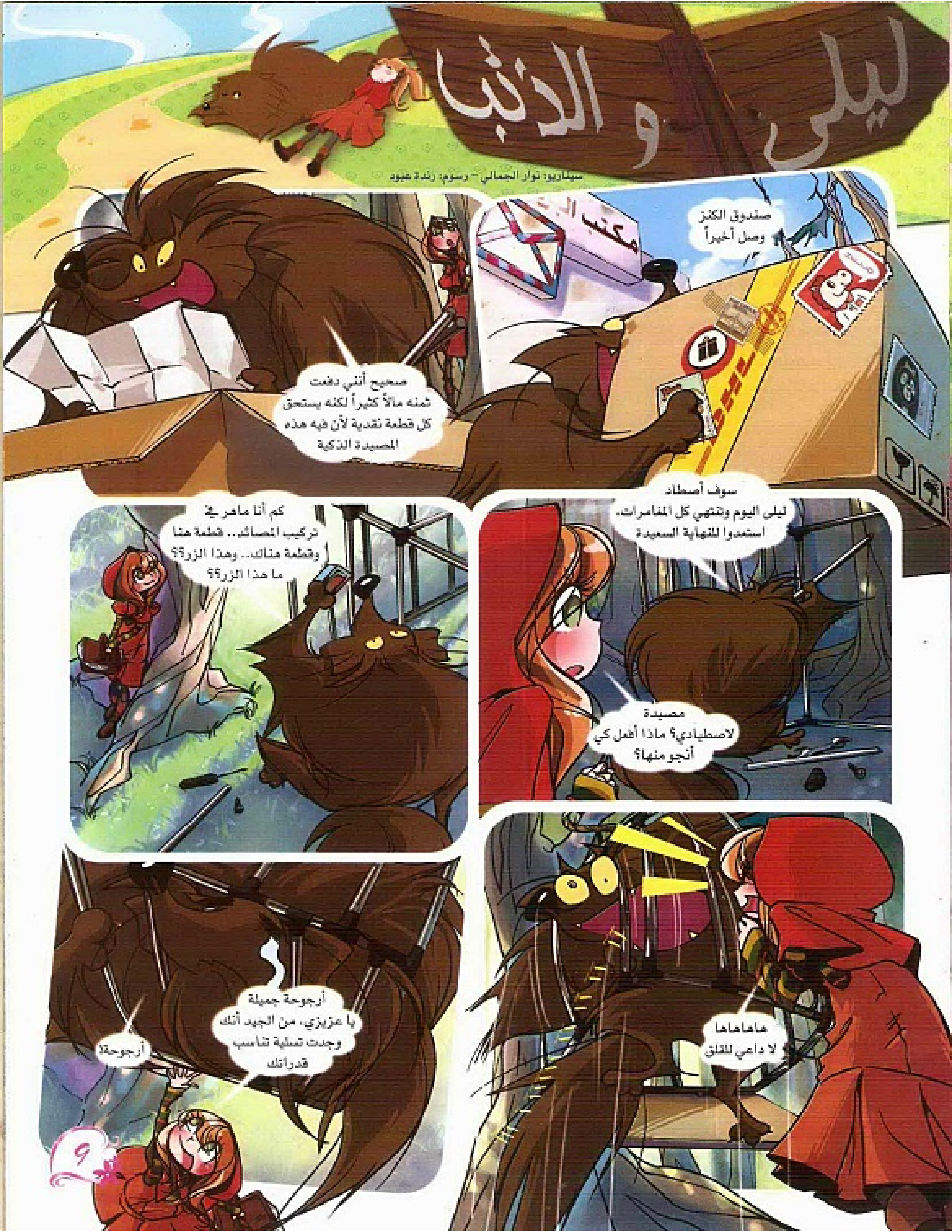



هل يمكنكما غسل ثوبي؟ لا يمكنني أن أتنقل به وهو مغطى بالدم
ربما تودين أن أدلك لك أصابع قدميك أيضاً يا أميرتي؟
لكن عجباً، ألا يفترض في الجنة أن الملائكة هي من تخدمنا؟
أظن أننا يجب ألا نكون غاضبتين من فلة بعد الآن. ففي الجنة الجميع يحبون بعضهم!
لا أدري، عندما شعرت أنها ستموت كدت أموت حزناً، ونسيت غضبي منها أنا أيضاً
أنتما سارقتان، ليس على الشاطئ أحد غيركما
أخبرانا ماذا فعلتما بالكوروناكراف فوراً!
رفقاً رفقاً، فقط أخبرانا أين الكوروناكراف وسنترككما وشأنكما
أحسنت ندى برمي الثوب، سأسرع وأرتديه كي لا أفقد أثرهما
عندي لك خبر حزين، يبدو أننا لم نمت بعد ولسنا في الجنة، لا يمكن أن نتهم بالسرقة لو كنا بالجنة
أما أنا فعندي لك خبر سعيد، الرجل إلى يميني يوجد على قميصه كلمة ٢٠١٠ وهذا يعني أننا في العصور الحديثة!


نحن بعثة جامعة هاواي للعلوم الفضائية، جئنا من هاواي لنراقب كسوف الشمس الكامل، الكوروناكراف ثمين جداً والكسوف بات وشيكاً، أرجوكما
ليس بحوزتنا شيء صدقينا
لنربطهما ونحتجزهما في خيمة المؤن حتى تأتي شرطة تاتاكوتو
علينا أن نسرع فالوقت يداهمنا
هل غضبتما مني مجدداً عندما اكتشفتما أننا لسنا في الجنة؟
في الحقيقة لست غاضبة منك، وهذا غريب حقاً
لقد سمعت أحد الرجال يقول أننا في جزيرة اسمها تاتاكوتو وسيحدث فيها كسوف للشمس
سنستخدم هذه الحواسيب للاتصال بأهلنا وإخبارهم عن مكاننا
مكتوب على الشاشة "لايوجد شبكات إنترنت قريبة"
لابد وأنهم يستعملون الإنترنت من القمر الصناعي إذن
ربما من الأفضل لنا أن نتريث
لنبتعد من هنا قبل أن يقبضوا علينا من جديد، ولنفكر بخطوتنا القادمة
إذن نحن في جزيرة تاتاكوتو-٢٠١٠. إنها جزيرة يتيمة في مركز دائرة المحيط الهادي، عليكما أن تخبراني ماذا حصل حين كنت غائبة عن الوعي حتى أعرف كيف أحضرتنا بوابة الطاقة إلى هنا


لا يا ظلة، لا يهمنا أن نعرف كيف وصلنا هنا لأننا لن نستعمل بوابة الطاقة بعد اليوم وهذا قرار نهائي
أنت لاتعرفين الرعب الذي عشناه عندما حسبناك مت. نريد أن نركب الطائرة ونعود لأهلنا ونعيش حياة بلامخاطر
يمكننا أن نطلب من هؤلاء الفلكيين التواصل مع أهلنا وإعادتنا إليهم
لكنهم يعتقدون بأننا سرقنا الكورونوكراف، علينا أن نجده علهم يساعدوننا
علي أن أؤجل الكلام عن بوابة الطاقة وأحاول مساعدتهما بإيجاد الكوروناكراف
سأتسلق هذه الشجرة لأرى حولنا
لن تصدقا ما أرى، الكوروناكراف وحده في قارب في المجرى المائي الواصل بين بحيرة المركز وماء المحيط. هيا بنا
لابد وأن اللصوص سلكوا به المجرى المائي بالليل وقت المد، ولما صار الجزر علق قاربهم في منتصف الطريق فتركوه وهربوا
هذا من حسن حظنا
أمسكنا بكن بالجرم المشهود أيتها السارقات الصغيرات
لقد كان تتبعكم خطة ذكية
شرطة تاتاكوتو ستتولى أمركم
ترى هل ستتمكن الفتيات من الهرب؟ وهل لمعاناتهم نهاية؟


Strawberry Shortcake™
إنها ستروبيري
شورت كيك
من جديد
مجموعات لعب
ودمى جديدة
معطرة برائحة
الفواكه
Strawberry Shortcake™ and related trademarks
©2014 Those Characters From Cleveland, Inc.
/NewBoy Page
NEW BOY


ليلى و الذئب
سيناريو: نوار الجمالي - رسوم: رندة عبود
صندوق الكنز وصل أخيراً
مكتب البـ
صحيح أنني دفعت ثمنه مالاً كثيراً لكنه يستحق كل قطعة نقدية لأن فيه هذه المصيدة الذكية
سوف أصطاد ليلى اليوم وتنتهي كل المغامرات، استعدوا للنهاية السعيدة
كم أنا ماهر في تركيب المصائد.. قطعة هنا وقطعة هناك.. وهذا الزر؟؟ ما هذا الزر؟؟
مصيدة لاصطيادي؟ ماذا أفعل كي أنجو منها؟
هاهاهاها لا داعي للقلق
أرجوحة جميلة يا عزيزي، من الجيد أنك وجدت تسلية تناسب قدراتك
أرجوحة!

تجربة ومعلومة

رسوم: منال الشعار

هل يطفو البرتقال أم يغرق؟

في الحقيقة لا يوجد جواب حقيقي لهذا السؤال، لأن هذا يعتمد على كون البرتقالة مقشرة أم غير مقشرة، ولكي تعرفي الجواب الدقيق، عليك أن تقومي بهذه التجربة البسيطة.

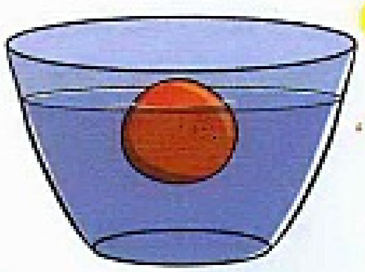
كل ما تحتاجين إليه:



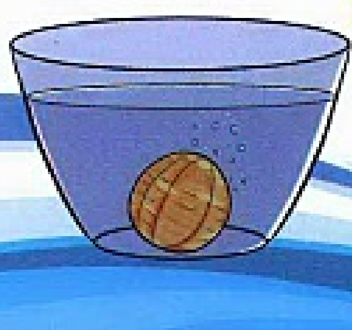
والآن:



١ املئي الوعاء بالماء



٢ ضعي البرتقالة في الماء، وراقبي ما سيحدث



٣ والآن قشري البرتقالة، وأعيدي التجربة

ما الذي حدث؟

في المرة الأولى التي وضعت فيها البرتقالة في الوعاء، طفت على السطح، ولكن بعد أن أزلت عنها القشرة غرقت للقاع، لماذا؟

لأن قشر البرتقال مملوء بجيوب هوائية تجعل البرتقالة أقل كثافة من الماء، ولهذا تطفو، ولكن عندما تزيلين القشرة فأنت تزيلين معها كل الجيوب الهوائية وبهذا تصبح أكثر كثافة من الماء فتغرق إلى القاع.




رانية عتيد
١٢سنة - المغرب


مع دوودل بير كل ماتريدينه هو الرسم والرسم.!!
استخدمي أقلام التلوين والأختام أيضاً. ممتع جداً..!
اغسليها وابدئي من جديد.
The Original
Doodle Bear®
اغسليها!
ارسمي ثانية!
NEW BOY
/NewBoy Page
NewBoy©2014.All rights reserved.

تسالي

أرقام ودوائر

ضع الأرقام من ١ إلى ٥ في الدوائر السابقة، بحيث يكون:

- مجموع الرقمين الخامس والثاني = ١٤
- مجموع الرقمين الأول والرابع = ٦
- مجموع الرقمين الخامس والرابع = ٨
- مجموع الرقمين الثالث والأول = ١١

معادلة مجهولة

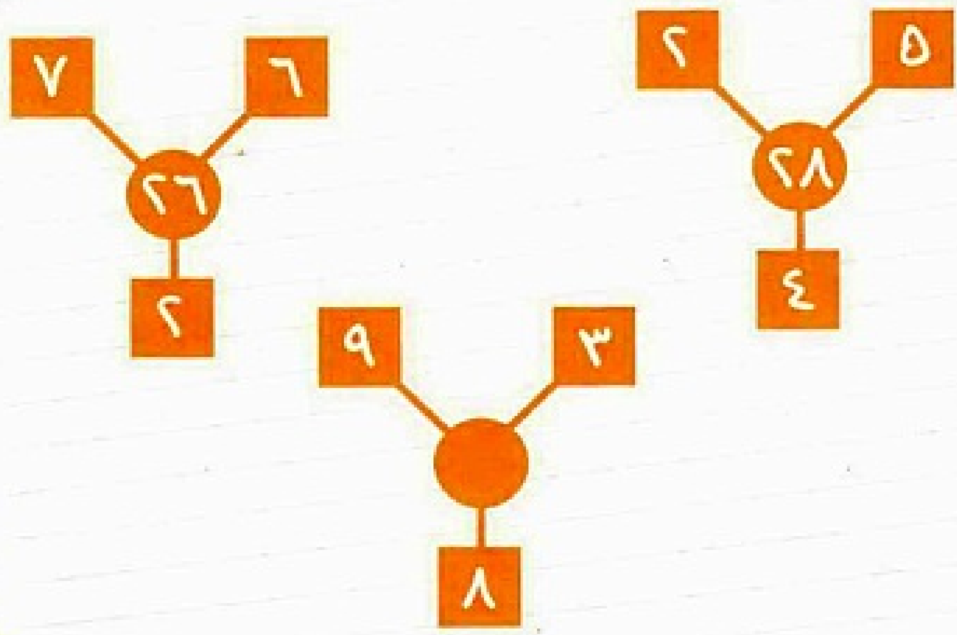
١٢٨×٢ = ؟٣×٨

أي من الأرقام التالية يكمل المعادلة أعلاه على نحو صحيح؟

١-٢-٣-٧-٦



ما هو الرقم المفقود؟



سودوكو

٤		٢				٨		
	٨	٦		٢	٣	١		
	٧		٩		١		٢	
١	٩		٦				٧	
			٣	٩	٥			
	٣				٨		٦	٥
	٥		٢		٤		١	
		١	٨	٧		٥	٩	
		٧				٤		٣

كتاب الأستاذ شكري..

سيناريو : هند العيق
رسوم: خالد شق
تحبير وتلوين : رندة عبود




السلام عليكم.. الأستاذ ناظم موجود؟
الأستاذ ناظم! تقصد ناظم شكري.. للأسف لم يعد بيته اشتريته منه منذ عشر سنوات.. على كل حال تفضل.. تفضل
لا شكراً لك.. هل تعرف إلى أين ذهب؟
لا.. لا أعرف ربما ذهب للسكن مع أحد أبنائه في ضواحي المدينة!
أين سأعثر عليه.. انقطع الخيط الوحيد الذي يمكن أن يدلني عليه!
لا.. ما زال هناك خيط!
وفيما بعد
هل تعرف يا بني من باعك هذا الكتاب؟
وكيف لي أن أعرف يا عم.. عندي مئات الكتب.. هات دعني أرَ
آه.. هذا من الكتب التي لا تباع كثيراً عندي.. تعرف الناس هذه الأيام يطلبون الروايات وكتب الأبراج وال..
حسناً.. حسناً.. ألا تذكر من باعك إياه؟
ممم هذا النوع من الكتب يأتيني به أبو محمود.. بائع كتب متجول.. لم أره منذ زمن!
هاك رقمي.. إذا رأيته اتصل بي لو سمحت الأمر ضروري!
في اليوم التالي
رجل مستعد لشراء الكتب القديمة!
هذا رقم مشتر آخر!
سأتصل بهم جميعاً.. قد يكون أحدهم أبا محمود!


وبعد قليل
لا أحد ممن اتصلت بهم.. اسمه أبو محمود!
وفيما بعد
أهذا هو الأستاذ شكري.. متى هذه الصورة!
في آخر يوم في المدرسة.. يومها استعرت منه كتاب أوراق الورد للرافعي.. ضحك وقال لي: "هذا الكتاب يا بني حصلت عليه من صاحب المكتبة مقابل عملي فيها أسبوعاً بلا أجر!" سقى الله تلك الأيام
فلة.. اشتري كل ما تجدينه من كتبه في الأسواق.. من أقل الوفاء أن أحتفظ كتب هذا الرجل في مكان يليق به وبها!
حاضر أبي
وفي اليوم التالي
هذا الكتاب له.. ناظم شكري ١٩٧٩
وهذا أيضاً!
هل تذكر يا عم.. ممن ابتعت هذه الكتب! هل تعرف عنه شيئاً!
ممن؟ هممم.. لا أذكر! ولكن لمَ تسألن!
سنشتريها كلها.. تذكر لو سمحت هل يشبه من باعك الكتب هذا الشخص!
هممم يشبهه قليلاً! لكنه رجل عجوز!
هذا يعني أن الأستاذ حي يرزق! سأبشر أبي!


أبي.. الأستاذ شكري بخير هناك من رآه!
نعم قلة وجدته.. اليوم وجدته.. ولكن ربما هو ليس بخير! تعالي إلي حالاً
ما الذي يجري أبي!
الأستاذ شكري في المشفى يخضع لجراحة في القلب!
وبعد قليل
مسكين.. هل باع كتبه ليسدد أجر العملية!
وماذا يكفي ثمن الكتب يا بنتي.. اضطر إلى رهن بيته أيضاً!
العناية المشد
وأين أولاده أبي؟!
هاجر أولاده يا بنتي.. ولكن نحن أيضاً أبناؤه..
وبعد أسبوعين
لماذا أتعبت نفسك يا بني.. ألا يكفي أنك سددت رهن البيت!
هذه هدية قلة وصديقاتها.. أنا لا علاقة لي!
أبي حدثني كثيراً عنك.. وددت لو عرفتك من زمن.. الحمد لله على السلامة أستاذ
طوق الحمامة.. هذا كتابي! هذه كتبي!!
وعدتك أن أحافظ على الكتب!
شكراً لك يا بني لم تنس العهد أبداً.. بارك الله بك!

لحظات مرعبة

قصة: ماريا دعدوش - رسوم: خالد شق

من سرّب أسئلة الامتحان (١)

نظرت آية إلى النيزك المضيء يصعد بشكل قوس في أفق السماء المظلمة وتفاءلت لرؤيته. إن غرفة صف البكالوريا هذه في بناء مدرسة "النابغات الخاصة" مرتفعة، وتسمح برؤية الأفق، بعكس غرفتها في قبو المدرسة التي تسكنها مع والدتها قرب غرفة طابعة الأوراق، وليس فيها إلا كوة مرتفعة صغيرة لا ترى السماء.

بدأت بنات الصف بالهمهمة، فنظرت حولها لتلاحظ أن معلمة الميكانيك ناديا قد أغرقت السبورة بالرموز.

استدارت المعلمة وقالت: "حسناً، هل هناك من استطاعت حل هذه المسألة؟ بالإضافة إلى زميلتكن آية التي لابد أنها حلتها طبعاً ككل مرة؟"

التزمت الفتيات الصمت ثم رفعت نسرين يدها وقالت: "أنا".

أشارت المعلمة لنسرين بالاتجاه نحو السبورة، فابتسمت نسرين بالرغم من نظرات المعلمة المتشككة، والتقطت دفترها وهمت بمغادرة مقعدها، لكن المعلمة بادرتها بقولها: "دون دفتر لو سمحت".

اختفت الابتسامة من وجه نسرين وقالت: "لن أتذكر الحل دون دفتري".

فقاطعتها المعلمة بقولها: "نحن لا نتذكر الميكانيك تذكراً، بل نحلها حلاً. إذا كانت معلمتك الخاصة في المنزل أعطتك الحل فاجلسي لأننا لسنا مهتمين به. أما لو حللته بنفسك فاتجهي للسبورة دون دفتر واكتبيه لنا".

ارتبكت نسرين، ثم هوت بدفترها على سطح مكتبها بغلظة وجلست مغتاظة.

وأردفت معلمة الميكانيك: "تفضلي يا آية، لابد أنك اكتشفت الحل".

وبالفعل اتجهت آية مبتسمة إلى السبورة، والتقطت الطبشورة، وبثوان ملأت السبورة بالرموز، وانتهت تماماً مع رنين جرس الساعة الثامنة معلناً نهاية الدورة المسائية، فرمت الطبشورة وأسرعت خارجة من الصف.

اتجهت آية بسرعة إلى الزاوية حيث يوجد المقصف في طابق الصفوف، وولجت خلف المنصة الغرانيتية السوداء العالية الفاصلة بين المقصف والبهو. تناولت إزار العمل الأزرق الذي كان معلقاً وارتدته بثوان. جاءها صوت نسرين خلفها يقول: "أعطني قهوة كابوتشينو بسرعة". قالتها بغلظة ثم جلست على الكرسي العالي وأدخلت ركبتيها تحت المنصة.

التقطت أصابع آية الفنجان الأبيض، وضغطت كباسات الماء والكريمة والقهوة وحضرت الفنجان بمهارة اكتسبتها خلال سني مراهقتها الطويلة التي قضتها كمسؤولة عن المقصف خلال الدورات المسائية في المدرسة، وضعت الفنجان أمام نسرين وقالت: "تفضلي نسرين".

خبطت نسرين بيدها على المنصة فجاء طرف قبضتها على طرف الصحن فانسكبت القهوة على المنصة:

"اسمي آنسة نسرين، هل تفهمين؟ لاتعتقدي أنك أصبحت صديقتي أو طالبة نظامية في مدرستي لمجرد أن إدارة المدرسة سمحت لك بحضور دوراتها المسائية بالمجان!"

نظرت آية في عيني نسرين وابتسمت بثقة، فلاشيء يفلح بأن يغيظ آية، إنها كالروبوت، يومها ليس فيه مكان للحساسيات، فهي تعمل في النهار وتدرس في الليل، وتحلم أن تصبح عالمة ميكانيك تصنع أبراجاً عملاقة في البحر، لها نواعير تدور مع الريح وتختزن الطاقة.

بدأت القهوة المسكوبة تنقط على الأرض. ولمحت آية أمها، أو "الخالة أم آية" كما تسميها البنات في المدرسة، وهي تسرع نحو بركة القهوة الصغيرة والممسحة في يدها، فقفزت آية من خلف المنصة والتقطت الممسحة من أمها لتقوم بالتنظيف عنها. ومع أن أم آية هي عاملة التنظيف بالمدرسة، ولكن آية تحاول تجنيبها الاقتراب من الفتيات الفظات -كنسرين- كلما سنحت لها الفرصة لتقوم هي بمهامها. وقفت آية والممسحة في يدها تنتظر أن تبتعد نسرين بكرسيها العالي عن بركة القهوة لكنها لم تفعل، بل على العكس، ابتسمت بلؤم ورفعت قدميها بالهواء باتجاه آية وقالت: "نظفي تحت قدميّ!" وبدأت آية بمسح القهوة عن الأرض دون الإلتفات إلى فظاظة نسرين. لكن فردتي حذاء جميلتين دخلتا إلى ساحة نظرها، فرفعت عينيها للأعلى لتشاهد المعلمة ناديا وهي تبتسم لها بود وبيدها مظروف كبير. ألقت المعلمة نظرة ازدراء باتجاه نسرين، ثم التفتت نحو آية وقالت: "هل من الممكن لو سمحت أن تشرحي لي من أين أتتك فكرة الحل المبتكر الذي كتبته لتوك على اللوح؟"

أجابتها آية بمرح: "بالطبع، إنه موقع كرتوني للفيزياء على الإنترنت. سأخبرك عنه. ولكن دعيني أولاً أحضر لك قهوتك المعتادة".

"لا أستطيع، فأنا اليوم في عجلة من أمري. غداً كما تعلمين امتحان الميكانيك في المدرسة، أما "حصاد الجامعات" ففي نهاية الأسبوع وعلينا أن نكون مستعدين له".

لمعت عينا آية حين سمعت بتعبير "حصاد الجامعات". إنه اليوم الذي يصل فيه مبعوث من كل جامعة فينتقي الفتاة الأكثر تفوقاً من كل مادة ليعطيها منحة دراسة جامعية مجانية. وآية تطمح أن تحظى بمنحة كلية الميكانيك.

وأكملت المعلمة ناديا: "آية، هل لك أن تأخذي هذا المظروف بيدك إلى غرفة الطباعة في طريقك إلى القبو؟"

أجابتها آية: "بالطبع، تصبحين على خير".

لم تقدم آية لأي من طالبات الدورة أي مشروب هذا المساء، لكنها باعت لهن بعض ألواح الشوكولا أو التشيبس، واكتفت بدس النقود في الصندوق، وأطفأت الأنوار ونزلت إلى القبو. كانت تسمع وقع حذائها في الممرات الخالية المظلمة، وتساءلت كم ألف مرة ذرعت هذه الممرات جيئةً وذهاباً خلال السنوات العشر الماضية. كانت في الثامنة من عمرها حين وصلت مع أمها إلى هذه المدرسة، بعد هروبهما من قريتهما بسبب ظلم أبيها لهما. ومنذ ذلك اليوم وهي لا تعرف لها ولا لأمها بيتاً غير هذه المدرسة.

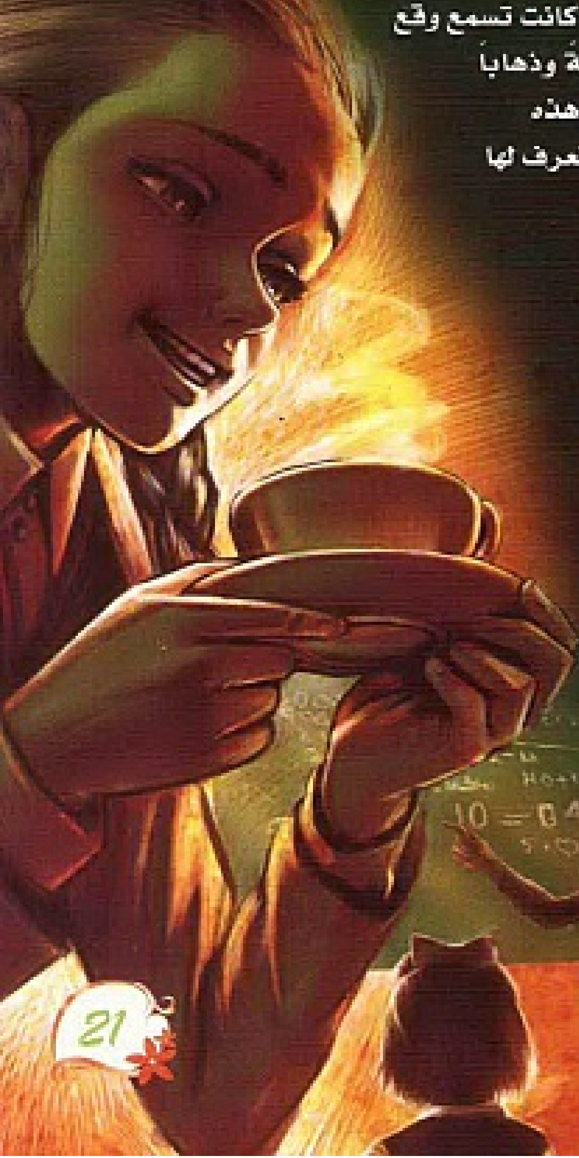
وصلت إلى غرفة الطباعة وهمت بفتح الباب لكنها أحست وكأن شبحاً مر خلفها. التفتت فلم تجد أحداً، فوضعت المظروف قرب الطابعة وخرجت من الغرفة. فاصطدمت بشخص وصرخت، فسمعت صوت أمها يقول: "بسم الله عليك يا بنتي، أنا أمك".

فردت آية وهي ترتعد: "اعتقدتك شخصاً غريباً". لكنها ضحكت من نفسها ساخرة عندما تذكرت أنه لا عمل لأحد في القبو في هذه الساعة المتأخرة من الليل. ثم دخلت مع أمها غرفتهما حيث تعشت ودرست ثم نامت.

استيقظت آية على صوت المديرة آتٍ من مكبر الصوت في غرفتها يصرخ: "آآآآآآآآية. إلى غرفتي فوراً"

قفزت آية وصعدت الطوابق الثلاثة إلى غرفة المديرة جرياً، وهناك فاجأتها نظرات المديرة وناديا الغاضبتين، فبادرتها المديرة بقولها: "أنت آخر من حمل أسئلة امتحان الميكانيك، أخبرينا من أطلعت عليها، أخبرينا فوراً يا آية".

يتبع...



إعداد: ماريا دعدوش
رسوم: منال الشعار

القصص الكلاسيكية

القصص الكلاسيكية هي قصص قديمة أو حديثة لكنها تتحدث عن تجارب الناس التي تعيد نفسها في كل العصور والأماكن. إنها تلك القصص التي كلما قرأتها مرة، وجدت فيها شيئاً جديداً.



لماذا يجب علي أن أقرأ القصص الكلاسيكية؟

الكاتب العربي الذي حاز على جائزة نوبل للآداب عام ١٩٨٨ هو

١- أمين معلوف على رواية "سمرقند".
٢- نجيب محفوظ على "ثلاثيته" الشهيرة.
٣- حنا مينا على روايته "نهاية رجل شجاع".

في "البؤساء" لفيكتور هوغو عندما أقرأ أن جان فالجان قد سجن تسع عشرة سنة من أجل سرقة قطعة خبز لأخته الجائعة فإني

١- أشعر أن هذه القصة خيالية وليست واقعية.
٢- أستشعر طعم الظلم الذي يتعرض له الفقراء في كل العصور.
٣- تتكون لدي فكرة واضحة عن الفقر في فرنسا في القرن التاسع عشر.

"الكبرياء والتحامل" للكاتبة جين أوستن هي من أهم الروايات الإنكليزية التي تحكي عن مغامرة الفتيات الإنكليزيات قديماً خلال رحلة بحثهن عن "عريس الهنا".

١- لن أقرأها فيماذا تهمني تجارب الناس القدامى في البلدان البعيدة.
٢- سأقرأها، فكثيراً ما تتشابه اهتمامات الفتيات عبر العصور، وسأتعلم منها الكثير.
٣- قد أقرأها.. على الأقل يمكنني أن أتفاخر أني أعرفها.

"اللاقط في الحصاد" رواية أميركية تتحدث عن شاب يافع طيب لكنه قليل الذكاء طرد من مدرسته في منتصف القرن العشرين

١- لست شاباً، ولست قليلة الذكاء، ولن أتعلم من هذه القصة شيئاً، لن أقرأها.
٢- شخصية هذا الشاب محببة جداً، لقد أبدع الكاتب سالينجر برسمها، هذا الشاب كان يدلل أخته الصغيرة كثيراً ويفخر بذكائها، وتعلمت منه كيف أتعامل مع أخي الصغير بحنان، لقد أثر في فعلاً.
٣- لقد مثلوا هذه القصة فيلماً وسأشاهده لأكتشف ما فيه.

كلما أمسكت بالمقشة وكنست الأرض، وأختي تثرثر على الهاتف، شعرت كأني سندريلا المسكينة

١- لا أدري لماذا تتوارد لمخيلتي تلك الصورة التافهة من الطفولة.
٢- القصة الجيدة هي بذرة تختبئ في أعماق اللاوعي وتؤثر علينا مدى الحياة.
٣- أذكر تفاصيل سندريلا جيداً، لدي ذاكرة قوية.

أعطي نفسك نقطتين عن كل جواب أول تختارينه وأربع نقاط عن كل جواب ثان تختارينه وست نقاط عن كل جواب ثالث.

إذا كان مجموعك بين (١٠ - ١٦) فإن عالم الروايات الكلاسيكية عالم مجهول بالنسبة إليك وكم سيكون جميلاً وممتعاً لو أنك فتحت بابه وزرته.

إذا كان مجموعك بين (١٨ - ٢٤) فأنت تدركين جمال القصص الكلاسيكية وأهميتها ولابد وأنك قرأت بعضها، استمري فعالمها مليء بالمفاجآت.

إذا كان مجموعك بين (٢٦-٣٠) فذلك العالم الذي يختبئ بين دفتي القصص الكلاسيكية يثير فضولك. وليس عليك أن تفكري كثيراً قبل أن تزوري المكتبة لتختاري لنفسك أجملها.

هل تستطيعين أن تري خفاشاً دون أن تتذكري "دراكولا"؟ ولكنك عندما ترين يتيماً لاتستطيعين أن تمنعي نفسك من تذكر "أوليفر تويست"، وعندما ترين مربية ستتذكرين "جين آير"، وسيذكرك الأحدب بـ "أحدب نوتردام" والقبيح سيذكرك بـ "فرانكشتاين" وأخيراً، لن تشاهدي قصة حب على التلفاز دون أن تتذكري روميو وجولييت، كل هذه الأسماء هي لشخصيات تعيش داخلنا من اللحظة التي قرأنا فيها تلك الروائع الكلاسيكية التي حكت لنا قصصهم، واصطحبتنا إلى عوالمهم، واحترنا معهم عندما احتاروا في قراراتهم. الرواية الكلاسيكية توسع من رؤيتك للعالم، إنها تتوافر في كل المكتبات وفي كل اللغات، ورحلة إلى المكتبة لانتقاء مايناسبك منها ستكون تجربة ممتعة.

"قصة مدينتين" لتشارلز ديكنز باعت ٢٠٠ مليون نسخة.

"الأمير الصغير" لسانت إكسوبيري باعت ١٥٠ مليون نسخة.

"مباريات الجوع" لسوزان كوللينز باعت ٥٠ مليون نسخة.

كل تلك الروايات وغيرها، قد تحبينها، وقد لاتحبينها، لكن شيئاً واحداً يمكنني أن أضمنه لك، وهو أن شيئاً داخلك سيتغير لدى قراءتها. تساؤلات عديدة ستجد طريقها إلى تفكيرك، تفاصيل جديدة ستضاف إلى مخيلتك، سنين عديدة ستبقى ساكنة داخلك. هكذا هي الرواية الكلاسيكية.



أنامل ذكية

الربيع يدخل غرفتي

إعداد: أليسار درويش



للزهور عالم ساحر متنوع مليء بالأشكال والألوان
مارأيك اليوم أن نقطف إحدى هذه الأشكال ونصنع زهرة جديدة
من وحيها، وليدخل الربيع إلى غرفتك من جديد؟

ستحتاجين إلى:
شريط دانتيل عريض - مقص - خيط وإبرة بلون مناسب - أعواد منظفات الغليون الخضراء - غراء قوي (أو سيليكون) - شريط ساتان أخضر بطول ٧سم.
علبة معدنية فارغة (علبة فول قد تفي بالغرض) - مستطيل قماشي ملون - شريط ساتان.

لنبدأ التنفيذ:



١

قومي بقص عدد من المربعات من شريط الدانتيل



٢

لفي أحد المربعات حول الساق الخضراء (منظف الغليون) وألصقيه بإحكام، ثم لفي مربعاً آخر بنفس الطريقة حوله.

ولصنع وريقات الزهرة خيطي الجهة المستقيمة لكل مربع من الدانتيل، واسحبي الخيط ليصبح مزموماً.



٣



٤

والآن ابدئي بخياطة وريقات الزهرة الواحدة تلو الأخرى إلى الساق الخضراء وثبتيها حول القطعة الملفوفة في المنتصف بشكل عشوائي



٥

وأخيراً قومي بخياطة قطعة الساتان الخضراء من الحافة واسحبي الخيط لتصبح مزمومة

وبهذا تكونين قد صنعت أولى زهراتك الجميلة



٦

أدخليها في ساق الزهرة وألصقيها إلى نهايتها

والآن لنصنع إناءً مناسباً لزهورك الجميلة



١

قومي بوضع القليل من الغراء حول الحافة السفلية للعلبة المعدنية



٢

لفي القماش حول العلبة لتغليفها بالكامل ثم ضعي القليل من الغراء بشكل طولي على حافة القماش لإلصاق نهايته بشكل جيد



٣

اثني طرف القماش الزائد نحو الداخل وألصقيه إلى الجدار الداخلي للعلبة. ثم قومي بتزيين العلبة بلف شريط الساتان حولها وصنع عقدة صغيرة لتبدو مثل هدية جميلة مليئة بالزهور الملونة



تستطيعين استخدام القماش القطني الملون أو شرائط الساتان أيضاً لصنع أشكال متنوعة من الزهور القماشية الجميلة وتزيينها بالخرز أو الأزرار الملونة.

عالم غريب

إعداد: زينة جوخدار - رسوم: رندة عبود

المضخة

هل تعلمين كم يبلغ طولي؟
أنا أطول من أطول رجل في العالم، إذ يبلغ طوله مترين ونصف المتر، أما أنا فيبلغ طولي خمسة أمتار، ومع ذلك فلم يضعوني في كتاب جينيس للأرقام القياسية، أليس هذا محزناً؟ ربما لأنني زرافة! لا أدري، ولكن طولي ليس هو أهم ميزاتي، بل دورتي الدموية الرائعة! فلكي أتمكن من الحياة يجب أن يصل الدم إلى دماغي الذي يقع على بعد مترين تقريباً فوق القلب، وهذا يحتاج إلى قلب ذي بنية خارقة، ولكن لا تهتمي فقلبي قوي بما يكفي ليضخ الدم بضغط يصل إلى ٣٥٠ وحدة ضغط، وكما تعلمين فهذا الضغط يمكنه قتلك، لأن القلب لديك يضخ الدم بضغط يتراوح بين الـ (٨٠- ١٢٠) وحدة ضغط. وهذا الجهاز القوي موجود لدي في حجرة خاصة ومتصل بشبكة من الشعيرات الدموية ليقلل من الآثار المميتة، وفي المقطع الموجود بين رأسي وقلبي هناك جهاز على شكل الحرف U، يشتمل على الأوردة الصاعدة والنازلة، حيث يوازن الدم المتدفق بالجهة المعاكسة نفسه مما يحميني من ارتفاع ضغط الدم الخطر، والذي يمكن أن يسبب نزيفاً داخلياً. أما أرجلي وأقدامي والتي تقع تحت القلب، فتحتاج بالتأكيد إلى حماية، ولكن كثافة الجلد الزائدة على الساق والقدم، تمنع التأثير القوي والسيىء لضغط الدم العالي، بالإضافة إلى ذلك فهناك صمامات داخل الأوردة تساعد على تنظيم الضغط.
ولكن الخطر الأهم هو عندما أخفض رأسي لأشرب الماء، فالدم الذي يتدفق للأسفل في هذه الحالة سيشكل ضغطاً هائلاً على الدماغ بحيث يتسبب بنزيف داخلي خطر!
ولكن هذا لا يحدث معي، لأن في جسمي سائلاً خاصاً يدعى بالسائل النخاعي، يغسل دماغي وعمودي الفقري وينتج ضغطاً معاكساً للضغط العادي ويمنع تمزق الأوردة الشعرية وانفجارها.. ألا أستحق الدخول بكتاب جينيس يا صديقتي؟

الجهاز الذي يمنع مرض انخفاض ضغط الدم

بالتأكيد لا . . فأنت لا تستطيعين الغوص في أعماق البحر بنفس واحد . . بالطبع يستطيع الإنسان الغوص حتى أعماق كبيرة تحت البحر ولكنه لا يستطيع الوصول إلى الأعماق التي أستطيع الوصول إليها، وحامل الرقم القياسي عندنا هو صنف من الحيتان يمكنه الغوص حتى ٣٠٠٠ متر في بنفس واحد، لقد خلقنا مكيفين مع هذا النوع من الخطس، فطريقة تشكيل الذنب لدينا تجعل الغوص والطفو إلى سطح الماء أسهل، ولكن الأهم من الذنب هما الرئتان: فعندما نهبط للأعماق يرتفع ضغط الماء لزيادة وزنه فوقنا، ويرتفع الضغط داخل الرئتين ليتوازن مع الضغط في الخارج، ولو تعرضت رئتا الإنسان لنفس هذا الضغط لتمزقتا بسهولة، ولكنني استطعت التغلب على هذا الخطر من خلال نظام دفاعي خاص موجود في شعبتي القصبة الهوائية والحويصلات الهوائية الموجودة داخل رئتيّ والمحمية بحلقات غضروفية متينة . .

وهناك ميزة أخرى مذهلة لدي لا يمكنك أن تتصوريها، فعندما يرتفع الغواصون إلى السطح بسرعة يتعرضون لخطر مرض "انخفاض الضغط" والذي يسبب الموت في حالات كثيرة، وسبب هذا الخطر هو دخول الهواء مباشرة في الدم وتشكيل فقاعات هواء في الشرايين، وهذه الفقاعات يمكنها أن تسبب الموت عن طريق منعها لتدفق الدورة الدموية . ولكننا لا نتعرض لخطر المرض مع أننا نتنفس بواسطة الرئتين، لماذا؟ لأننا نخطس برئتين فارغتين من الهواء، وبما أنه لا يوجد هواء في الرئتين فلا نواجه خطراً كهذا .

أعرف ما هو السؤال الذي يخطر ببالك الآن . . كيف نتمكن من تجنب الاختناق تحت الماء بسبب نقص الأوكسجين، في الوقت الذي تكون فيه الرئتان خاليتين من الهواء؟

والجواب هو: بروتين "الميوغلوبين" الموجود في أنسجة عضلاتنا بنسب كبيرة، وهذا البروتين شبيه جداً بالأوكسجين، وهكذا فالأوكسجين اللازم لنا موجود في عضلاتنا وليس في الرئتين . . ولهذا فنحن والحيتان نستطيع السباحة دون تنفس لمدة طويلة ويمكننا الخطس بالقدر الذي نريده، أما البشر فلا، فبالرغم من أنهم يملكون هذا البروتين، ولكنه موجود لديهم بنسب قليلة . هل اقتنعت بانني أنا من يجب أن يدخل كتاب جينيس للأرقام القياسية يا صديقتي؟



تاريخ الطب

إعداد: زينة جوخدار - رسوم: منال الشمار

الطب عند الإغريق

الأفعى رمز الطب؟ ولكن لماذا!

لقد ظهرت الكثير من الأقوال حول أصل هذه الأفعى التي كانوا يعتبرونها مخلوقاً مقدساً لقوته ولقناعتهم بأن لديها مناعة ضد الأمراض. وهناك من يقول بأن الرمز ليس للأفعى، وإنما لدودة تعرف باسم تنين المدينة أو دودة غينيا، ويبدو أنها كانت منتشرة جداً في تلك الأيام، واستئصالها من جسم الإنسان كان يعد إنجازاً، حيث تسبب هذه الدودة بثوراً في العضو الذي تستقر به، لتسبب آلاماً مبرحة يدل عليها الاسم الذي أطلقوه عليها: "التنانين الصغيرة"، ولإزالة هذه الطفيليات كان الأطباء يحدثون شقاً في الجلد في طريقها، وعندما تخرج رأسها من الجرح يأخذون عصا صغيرة ويلفون الدودة حولها حتى يزال "التنين الصغير" تماماً من العضو. وهذا المرض أصبح نادراً هذه الأيام ولكن لا تزال تتخذ نفس الإجراءات لإزالة الدودة!

وقد كان للثعبان وظيفته المطلقة عند الإغريق؛ فقد كان لكل معبد عندهم ممراته التي تبنى تحت الأرض ويوضع فيها الأفاعي، لماذا؟ لشفاء المرضى! والغرض منها هو تخويف المريض لتضعه في حالة صدمة تسبب شفاءه، هذا ما يعتقدونه، أما أنا فأعتقد أنها النهاية!

وكان المرض عند الإغريق يعتبر عقاباً إلهياً (ونحن هنا لا نتحدث عن الطب الشرقي)، وهو مفهوم وجد في العديد من النصوص الإغريقية ،كالإلياذة مثلاً. ومع مرور الوقت ابتعد الطب عن الدين، حتى وصل إلى العقلانية التي بدأها أبقراط، والذي تعتبر فلسفته عندهم هي الفاصل بين العقلانية والشعوذة.



وقد طور تاليس في البداية نظاماً مهماً بالاعتماد على المكونات الأساسية في الكون والتي اعتبر أنها: الهواء والماء والتراب، والتي أضاف إليها هيراكليتوس النار، وفي القرن السادس والسابع قبل الميلاد خطر لـ "الكمايون كروتوني" أن الإنسان يمكن أن يكون عالماً صغيراً مؤلفاً من هذه العناصر الأربعة، واعتبر أن صحة الإنسان مشتقة من توازن هذه العناصر أو من "الديموقراطية"، حيث اعتبر أن المرض يأتي من سيطرة أحد هذه العناصر على البقية ومن تحكمه بها. وفي أيام الإغريقيين كان الجسد مقدساً ولهذا لم يقوموا بتشريحه، وكانوا ينظرون إلى الدماغ على أنه كتلة هلامية غير مثيرة للاهتمام، وجاء "الكمايون" ليكون أول من نظر إلى الدماغ على أنه أهم عضو في الجسد، واعتبره المتحكم بباقي أعضاء الجسم، ولكن أحداً لم يهتم بهذه الفكرة، وبمجيء أبقراط بدأ الطب العقلاني الحقيقي يظهر للوجود ليعرف أبقراط فيما بعد بأبي الطب، وليطور المدرسة العقلانية التي ارتبطت فيها العديد من الأفكار العظيمة التي تعزا إليه. وكان الطب العقلاني في بدايته يعني نفي التدخل الإلهي في المرض، لدرجة أنهم عزو الصرع الذي كان يعتبر مرضاً مقدساً آنذاك إلى ضعف في الكائن الحي.

وقد صنع أبقراط تقابلاً بين الأخلاط التي يتألف منها الجسم وبين الفصول: فالربيع ينسجم مع الدم والهواء، والصيف مع النار والصفراوية والكبد، والخريف مع الأرض والصفراوية السوداء والطحال، أما الشتاء فهو فصل الماء والبلغم والمخاط والدماغ. بالإضافة إلى هذا فقد قام بمقابلة الفصول الأربعة مع فصول الحياة الأربعة وهي: الرضاعة، وأول الفتوة والنضج، يتبعها سنوات تقدم في العمر معافاة، وفي نهاية المطاف الشيخوخة. وقد وافق أبقراط "الكمايون" بأن المرض يسببه عدم التوازن، وأينما وجد التوازن بين الأخلاط وجدت الصحة، والشفاء يحدث عند إزالة الأخلاط الزائدة، وأهم عنصر في مفهوم أبقراط لم يكن المرض إنما الإنسان، وبالمقارنة مع مدرسة "كنيدوس" المنافسة والتي ركزت على الحد من المرض وتخفيفه وهو ما نفعله اليوم، فقد ركز أبقراط على الإنسان مما رجح كفة مدرسته فانتصرت على مدرسة "كنيدوس" التي اندثرت لتركيزها على تخفيف المرض، ولأنها من جهة أخرى لم يكن لديها الأدلة الكافية لإثبات نظريتها.



وكان المبدأ الأساسي لدى أبقراط هو ترك مهمة الشفاء للطبيعة، ومراقبة المرض بانتباه وحذر، وبأقل تدخل ممكن من الإنسان، والتركيز على الغذاء وصحة الهواء، وللقضاء على اختلال التوازن يجب إزالة العناصر الزائدة بتطهير الرأس عن طريق حمل الشخص على العطاس بواسطة الفلفل مثلاً، أو بمساعدة الحقنة الشرجية أو بسيلان الدم، ولكن الأخير لم يكن يستخدم من قبل أتباع أبقراط كثيراً، ولكنه شاع في العصر الروماني وخاصة في العصور الوسطى مع نتائج سيئة للمرضى، الذين كانوا في بعض الأحيان ينزفون حتى الموت، وبقي نص أبقراط الذي لا يصبح الطبيب طبيباً من دونه، يدرس في الجامعات حتى ١٧٠٠ ق.م.

وجهة نظر

إعداد: نوار الجمالي - رسوم: رندة عبود

أمي ومعلمتي..

ليت معلمتي تأتي إلى البيت لتعلم والدتي كيف تتحكم بأعصابها، أشعر بالغيرة من أبناء معلمتي لأنها بالتأكيد دوماً هادئة معهم، وردات فعلها غاية في الذكاء.. إنها لا تغضب بسرعة مثل أمي، ولا تصيح بنا، ولا تفقد صبرها بسرعة، مع أن عددنا كبير في الفصل.

أمي تقول إنها تتعب كثيراً، وهذا يتسبب لها بسرعة الغضب، ولكن معلمتي لا تغضب بسرعة مع أنها تتعب كثيراً أيضاً. بالأمس استلمت نتائج الاختبار الأول في هذه السنة ولم تكن كلها جيدة، وأنا أعرف ذلك.. قالت لي معلمتي: أعرف أن بإمكانك أن تكوني أفضل، وأثق بأنك ستبذلين جهداً أكبر في المرة القادمة..

يا له من كلام مشجع ورائع، على عكس كلام أمي التي وبختني كثيراً وقالت إنني أضيع الوقت ولا أهتم بمستقبلي، وقالت لي أشياء أثارت غضبي وحزني..

كيف أقنع أمي بالتحدث معي كما تفعل معلمتي؟

كيف يمكن أن أقنعها أن أسلوبها لن يغيرني، وأنني بحاجة إلى أسلوب يدفعني إلى الأمام كأسلوب معلمتي الذي يجعلني أرغب ببذل المزيد من الجهد؟



ابنتي لا تستمع لكلامي ولا تهتم لرأيي، كثيراً ما أراها تضيع الوقت بدلاً من الاهتمام بدراستها، أحاول أن أحثها على الالتفات لدروسها دون أن أثير انتباهها فأسألها عن المدرسة، ونتحدث عن المستقبل، ونستنتج أن علينا العمل بجدية أكبر، لكن ما أن ينتهي الحوار حتى تنساه وتعود لإضاعة الوقت..

إنها تقارنني دوماً بالمعلمة وتصرّ على أن المعلمة تفهمها أكثر، ربما كان هذا صحيحاً ولكن المعلمة خبيرة في التعامل مع الطالبات، إنها تحصل على راتب لأنها تجيد هذه المهنة.. أحياناً تخبرني ما قالته المعلمة، وبصراحة، كثيراً ما أستخدم نفس الكلمات ونفس التوجيهات، لكنها لا تتقبلها مني كما تتقبلها من معلمتها، ربما لأنني أفقد أعصابي بسرعة؛ ثم من قال لها أن معلمتها تتعامل بالأسلوب نفسه مع أبنائها، هل ذهبت معها إلى المنزل؟ أظن أننا جميعاً نكون أكثر استرخاء مع الآخرين لأنهم في النهاية لا ينتمون إلينا، ولكن رؤية ابنتك وهي تضيع وقتها ومستقبلها شيء يثير الأعصاب

لا أفتخر بفقداني لأعصابي، لكن أتمنى أن أرى كيف ستتحكم ابنتي بأعصابها حين يصبح لديها طفلة يافعة تعاندها وتهمل واجباتها وتبتعد عن المنطق..

ابنتي لا تدرك مقدار المسؤولية التي تحملها الأم، ولا تدرك المخاطر التي تنتظر من يهمل مستقبله، كان الله في عوني وعون كل أم..



مهنة وسر

نائبة مدير فندق

إعداد: نوار جمالي
رسوم: منال الشعار

ما الذي
جعل عمتي تصبح طبيبة؟
ومتى عرفت خالتي أنها تحب التدريس؟
لا أعرف شيئاً عن إدارة الفنادق، ولم أسمع عن هندسة الكيمياء من قبل... كيف أعرف إن كان تصميم المجوهرات يناسبني أم علم الآثار؟ إن كنت أرغب أن أكون مذيعة فهل أحتاج لدراسة الرياضيات؟
في كل عدد نتعرف إلى صاحبة مهنة ونستمتع معها بتفاصيل عملها ودراستها، ربما ساعدنا هذا كي نبني خطوة صغيرة في طريق مستقبلنا واختيارنا...

الاسم: رشا بالي
المهنة: نائبة مدير فندق

حين كنت صغيرة كنت أسافر مع أهلي كثيراً، وكنت أحب الفنادق وأراقب كل ما فيها من تفاصيل وأقارن بينها، وتمنيت أن أعمل في فندق حين أكبر، لهذا درست إدارة الأعمال في كلية الاقتصاد، وبعد هذا درست إدارة فنادق، وتحقق حلمي بالعمل في فندق صغير.



بدأت
العمل في الفندق الصغير منذ المراحل الأولى لتأسيسه، فكان لي دور كبير في كل الخطوات التأسيسية، من اختيار الموظفين إلى تدريبهم، ومن المشاركة في تصميم المكان والمفروشات، إلى شراء لوازم الفندق كافة، كان عملاً شاقاً وممتعاً في الوقت نفسه
الفندق هو المكان الأول الذي يراه السائح، وآخر مكان يراه قبل أن يسافر، لهذا يجب أن يكون مكاناً مريحاً وسعيداً، ويجب أن يكون له طابع خاص كي يبقى مميزاً في ذاكرة السائح. في فندقنا الصغير خصصنا اسماً لكل غرفة بدلاً من الأرقام، وجعلنا تصميم الغرفة مناسباً لاسمها.



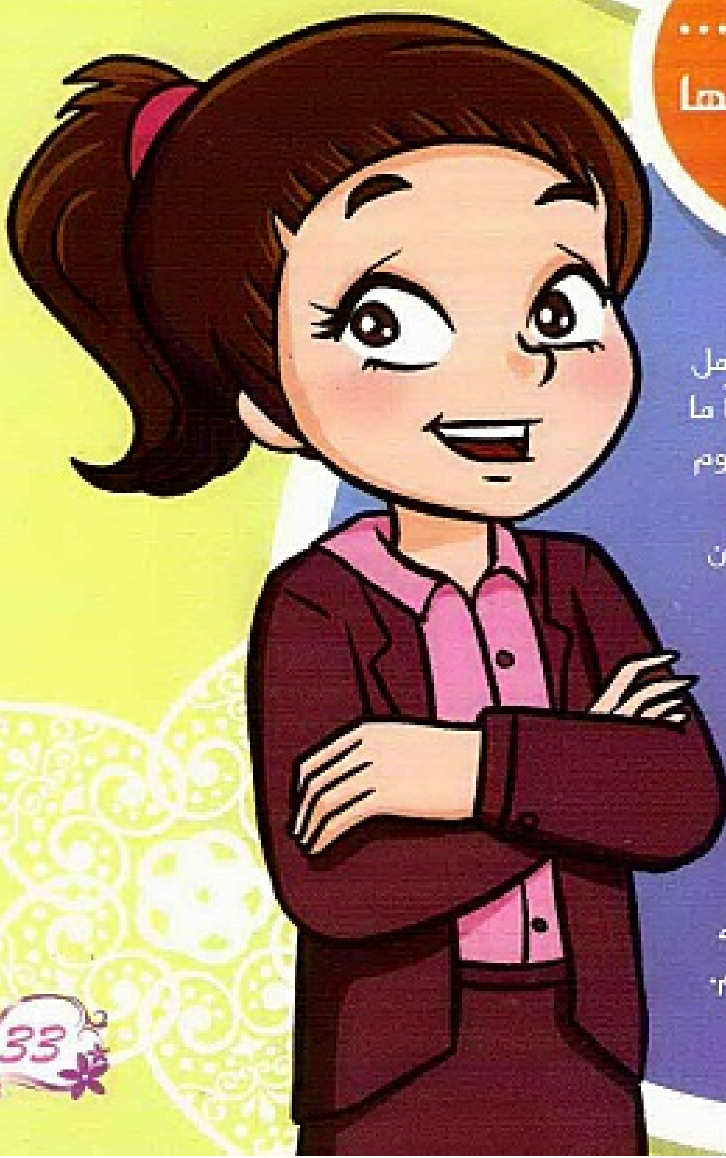
فمثلاً غرفة الياسمين تميزت بالمفروشات البيضاء واللوحات التي تظهر فيها أزهار الياسمين، وفيها سائل تنظيف اليدين وغيره من مواد التنظيف برائحة الياسمين..



التعامل
مع الأشخاص فن ومهارة
لابد منها للعمل في مهنتي،
ومع أنها تبدو مهنة فيها الكثير
من التكرار والروتين إلا أنها أبعد ما
تكون عن ذلك، فنحن نستقبل زواراً من
جنسيات وعادات وثقافات مختلفة،
قادمين للراحة والسياحة أو لإنجاز عمل ما.
من مهامي الأساسية العمل على تأمين
طلباتهم واحتياجاتهم أثناء إقامتهم في
الفندق، وكذلك الإجابة عن كل تساؤلاتهم فيما
يخص السياحة والأنشطة المختلفة وغيرها.
وحين يشعر النزلاء بالراحة وحسن الضيافة، ينعكس
ذلك على أجواء العمل كلها، ويضفي عليها السعادة
والتفاؤل والإحساس بالفخر.



أسرار المهنة... لا تبوحوا بها لأحد



ليس هناك
عطلة أسبوعية في مهنتي
ولا أي عطلة أخرى، هذا لا يعني أننا نعمل
بلا توقف لأننا نتناوب بالطبع، لكنني كثيراً ما
أضطر للعمل لساعات طويلة أو للحضور في يوم
إجازة لسبب طارئ. ومهما كانت ظروفي أو
مشاعري عليّ أن أتعامل مع المشاكل بإيجابية وأن
أجد الحلول السريعة والمرضية لها.
من الضروري أن يكون فريق العمل راضياً
ومرتاحاً كي يبدع في عمله، ولكي تكون
الابتسامة الدائمة - التي هي سر مهنتنا -
حقيقية ونابعة من القلب.
من شروط العمل في هذه المهنة إتقان
أكثر من لغة. قرأت الكثير عن التاريخ
والآثار كي أتمكن من التحدث إلى النزلاء
عن أمور تثير اهتمامهم وإعجابهم.

تسالي

متاهة المزرعة

برأيك أي الفتيات
ستصل إلى المزرعة أولاً؟



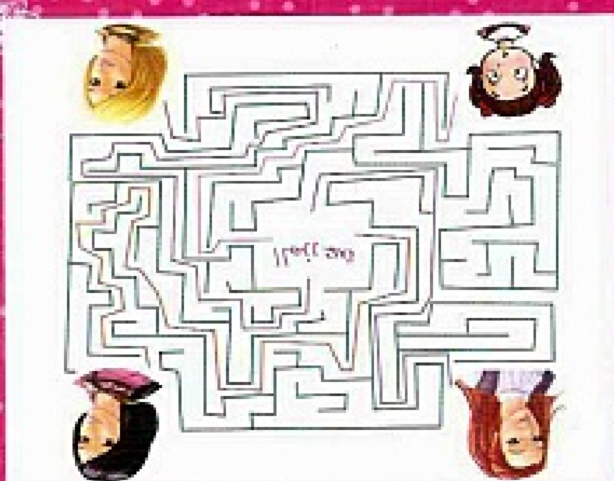
الحلول:

معادلة مجهولة:؟
ما هو الرقم المفقود: ٩٦

سودوكو

٤	١	٢	٥	٦	٧	٨	٣	٩
٩	٨	٦	٤	٢	٣	١	٥	٧
٥	٧	٣	٩	٨	١	٦	٢	٤
١	٩	٥	٦	٤	٢	٣	٧	٨
٧	٦	٨	٣	٩	٥	٢	٤	١
٢	٣	٤	٧	١	٨	٩	٦	٥
٨	٥	٩	٢	٣	٤	٧	١	٦
٣	٤	١	٨	٧	٦	٥	٩	٢
٦	٢	٧	١	٥	٩	٤	٨	٣

متاهة المزرعة



دوائر وأرقام

٤ ٨ ٧ ٢ ٦

حيل سحرية

رسوم: علي ملش

كيف تمررين العملة من يد لأخرى؟

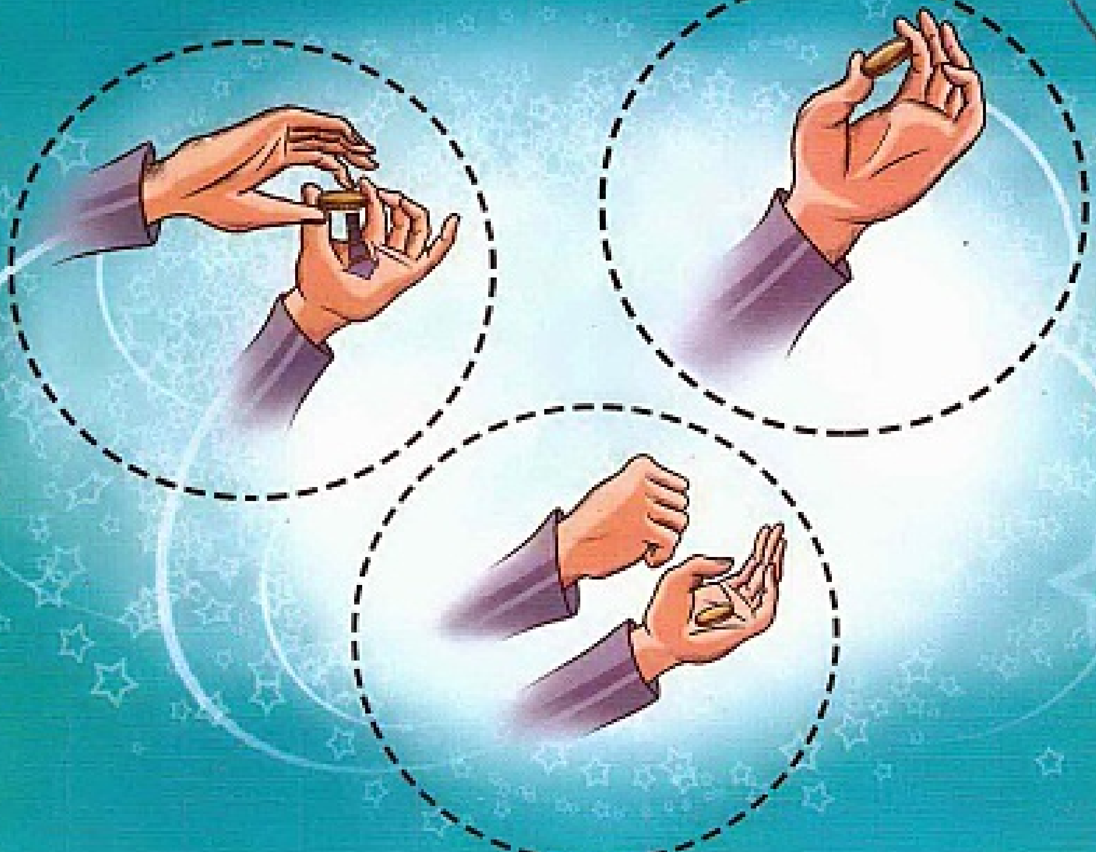
هل تريدين أن تدهشي صديقاتك بحيلة سهلة وظريفة؟ لن تكلفك إلا عملة وخفة يد:

١ـ أمسكي العملة بين الإبهام والسبابة في اليد اليسرى

٢ـ قومي بحركة في يدك اليمنى وكأنك تنقلين العملة من اليسرى إلى اليمنى، ولكنك في الحقيقة سترمينها داخل راحة يدك اليسرى، ثم اقلبي يدك بحيث تتجه راحة يدك للأسفل

٣ـ وأثناء سقوط العملة داخل راحة اليد اليسرى أغلقي اليد اليمنى لتجعلي المشاهدين يصدقون وجودها هناك، ثم أخفضي اليد اليسرى للأسفل وتظاهري بأنك تستخرجين العملة من تحت غرض ما. وعندما تقومين بذلك اتركي العملة تنساب من راحة يدك إلى أصابعك، وبسرعة، وها هي هنا أمامهن وقد انتقلت من اليد اليمنى المغلقة إلى مكان ما، حيث أخذته من هناك بيدك اليسرى.

عليك أن تقومي بهذه الحيلة بسرعة.. وإلا!!!



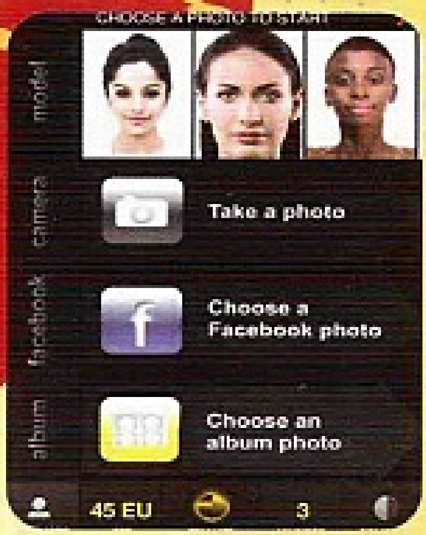
موضة تناسبي

إعداد: ماريا دعدوش

تطبيق تان

هل تودين أن تضيفي سمرة الشمس إلى صورك الجميلة دون أن تتكبدي عناء المكوث تحت أشعة الشمس حتى تحصلي على درجة السمرة المطلوبة؟ تطبيق تان من موديفيس سيحقق لك هذا المطلب.

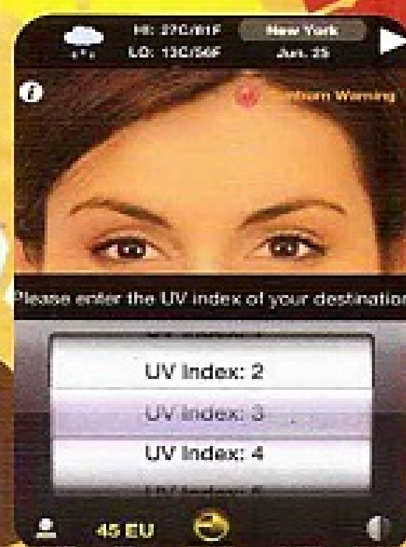
إنه تطبيق سهل جدا وليس عليك إلا اتباع الخطوات.



١. حمّلي التطبيق من "آي تيونز ستور"

٢. سيفتح لكِ التطبيق على هذه الواجهة، يمكنك أن تلتقطي صورة لك، أو أن تختاريها من "الفيس بوك" أو حتى من ألبوم الصور الموجود على جهازك

٣. اختاري زر uv index حتى يخرج لك دولاب الأشعة فوق البنفسجية، يمكنك أن تختاري قوة الشمس بين (٠ ــ ١١).



معلومات عامة حول مؤشر الأشعة فوق البنفسجية:

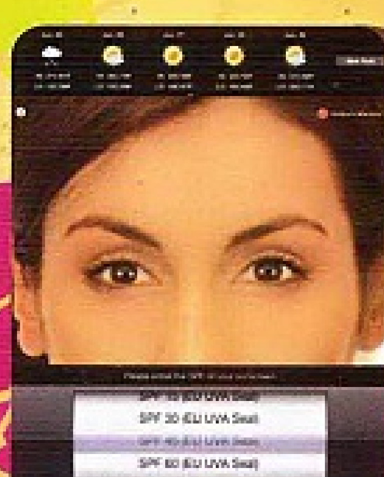
(١ ــ ٢) منخفض

(٣ ــ ٥) متوسط

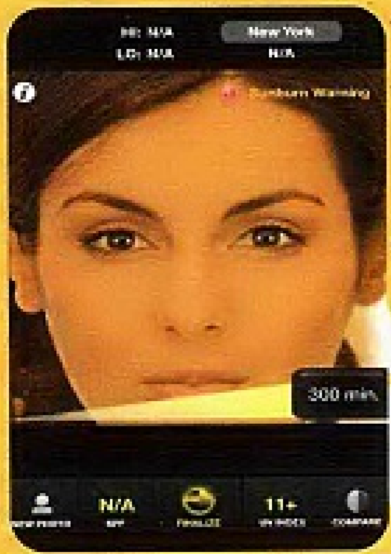
(٦ ــ ٧) مرتفع

(٨ ــ ١٠) مرتفع جداً

(١١) متطرف



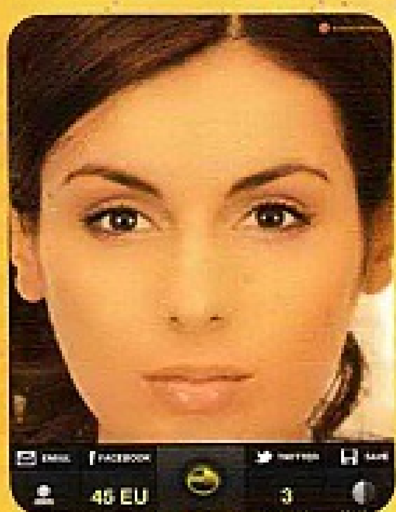
٤. ضعي كريم حماية بقوة pa+++ فهذا يخفف من مقدار أشعة الشمس النافذة للجلد ويخفف في المحصلة من درجة الاسمرار



٥. زيدي مدة تعرض وجهك في الصورة للشمس وأنقصيه بالقدر الذي تحبين، وذلك بتحريك مزلقة الوقت أسفل الصورة بين رقمي (٠ ـ ٣٠٠) دقيقة



٦. الآن يمكنك أن تضغطي على زر finalize حتى يضع لك التطبيق اللمسات الأخيرة على صورتك لتبدو أجمل، ثم اضغطي على زر compar حتى تقارني بين صورتك القديمة والجديدة



إن تطبيقك اليومي لكريم حماية بقوة ٣٠ فما فوق على الوجه، وحماية جسمك بالملابس وتجنبك الخروج بين (١٢ ـ ٤) عصرًا يخفف من أمراض الجلد والتجاعيد.

وأخيرًا، يقوم هذا التطبيق بتزويدك بنشرة طقس يومية. إنه تطبيق موديفيس ـ تان.. استمتعي معه.


حمقمق
حمقمق والمرأة المجنونة..
سيناريو: وداد عياش - رسوم: راتب الزهيري
في أحد الأيام في السوق
إنها مسكينة.. الكل يعرفها فقدت عقلها وتجوب السوق كل يوم
يا إلهي.. يا إلهي
وفجأةً اقتربت المرأة المجنونة من البائع وبدأت تحادثه
وأنت؟! سأزوجك جاريتي!
نعم سأزوجك جاريتي، وستنجبان ولداً جميلاً..
نعم.. و.. وسيكبر الولد وسيلعب ويجري هنا وهناك
نعم.. جميل فعلاً
وفجأة انفجرت بالبكاء
وسيقع الولد ويموت.. آآآآ.. سيموت..
تباً لك.. مات الولد.. مات! آآآ..
دعيني يا امرأة.. أي ولد؟!


إهئ إهئ.. مات الولد.. تباً لك!
أي ولد؟! إنها مجنونة ساعدوني!
أبي.. هيا لنساعده..
ااااا.. إهئ إهئ.. إهئ
أبي!! لماذا تبكي؟!
إهئ.. اااا.. إهئ
والله معها حق.. فقدان العيال صعب.. أعانها الله إنه ولد صغير!
مات الولد! تباً لك
هه.. هه..
رزقنا الله اليوم بدل المجنونة مجنونين
يا إلهي!!

أنا أنمو

مزيداً من الطول

إعداد: سلمى اللحام

قد تشعر الكثيرات بالحرج من قصر قامتهن ويحاولن التغلب على هذه المشكلة بارتداء الأحذية ذات الكعب العالي.



تعد العظام المسؤول الأول عن تشكل الهيكل العام لجسمك، وتوفر الحماية للأجهزة، وتعمل على ترسيخ العضلات و تخزين الكالسيوم. ومن المهم اتخاذ الخطوات اللازمة لبناء عظام قوية وصحية خلال مرحلة الطفولة والمراهقة، واتخاذ الخطوات لحماية صحة العظام أيضاً أثناء مرحلة البلوغ.

يعتمد طول الإنسان بشكل أساسي على عامل الوراثة والمجموعة العرقية التي ينتمي إليها، بالإضافة إلى عوامل الطقس والبيئة المحيطة.

لكن .. ترى هل هناك بعض الإرشادات التي من شأنها أن تساعدك على اكتساب طول إضافي؟

أولاً تناولي الغذاء الذي يحوي على العناصر التي لها أهمية خاصة في تكوين هيكل عظمي قوي وصحيح والحصول على نمو جيد، مثل:

الكالسيوم وهو المسؤول عن بناء وصناعة العظام والأسنان والمحافظة عليها، وهو موجود في الحليب ومشتقاته والخضراوات الورقية: (السبانخ - الخس - البروكلي - الجرجير - اللوز - السمسم)

والبرتقال: من المعروف أن البرتقال يحتوي على فيتامين (س) لكن هل تعلمين أن البرتقال يحتوي أيضاً على نسبة عالية من الكالسيوم، لذلك أكثري من تناول البرتقال وعصيره.

الفوسفور يتحد مع الكالسيوم لصناعة فوسفات الكالسيوم، ويقوم بتنظيم الكالسيوم في الجسم.

وهو موجود في الأسماك والمأكولات البحرية - الشوفان - بذور البطيخ والقرع وبذور عباد الشمس - القمح - الجبن - بذور السمسم والطحينة المكسرات - الفول النباتي.



ثانياً لا تنسي فيتامين (د)

فيتامين (د)، والمعروف أيضاً باسم فيتامين أشعة الشمس، لأن الجسم يقوم بتصنيع فيتامين (د) عند التعرض لأشعة الشمس، وفيتامن (د) يساعد العظام علىامتصاص الكالسيوم، كما يساعد على تعزيز الجهاز المناعي.
والمصادر الغذائية لفيتامين (د): الأسماك - صفار البيض - الحبوب - عصير البرتقال - حليب البقر والجبن.

ثالثاً احصلي على القدر الكافي من النوم:
أظهرت الأبحاث أن هرمون النمو ينشط بشكل كبير أثناء النوم.

رابعاً ممارسة التمارين الرياضية:
تساعد بعض أنواع الرياضة على زيادة نمو الجسم مثل السباحة وركوب الدراجات والجري، بالإضافة إلى تمارين أخرى تساهم في تمدد العضلات والعظام واكتساب المزيد من الطول.

خامساً كمية مناسبة من البروتين: يمتص الكالسيوم بشكل أفضل عندما يكون النظام الغذائي يحتوي على الكمية المناسبة من البروتين.

ما الذي يضر بالعظام ويقلل نموها؟

- حمل الأوزان الثقيلة:
يسبب حمل الأوزان الثقيلة أضراراً بالغة للعمود الفقري وضغطاً كبيراً على العظام، مما يؤدي إلى تشوهها.
-التبغ والكحول:
تشير البحوث إلى أن تعاطي التبغ يسهم في ضعف العظام. وكذلك الكحول، لأن الكحول يؤثر على قدرة الجسم على امتصاص الكالسيوم
- المشروبات الغازية:
إن كمية السكر الكبيرة الموجودة في المشروبات الغازية يضعف نمو العظام والقوة الميكانيكية لها.
- الاستخدام طويل الأمد لبعض لأدوية: لا سيما التي تحتوي على الكورتيزون.
- توقفي عن إضافة المزيد من الملح إلى طعامك، إذ يتخلص الجسم من الكمية الزائدة من الصوديوم، المكوّن الأساسي في ملح الطعام بإفراز الكالسيوم والصوديوم معاً. فكلما أكثرنا من تناول الملح كلما زادت خسارة الكالسيوم، لذلك حاولي التقليل قدر المستطاع من استعمال الملح.

أخيراً، زيارة الطبيب المختص:
في حالة ملاحظة تأخر النمو بالمقارنة مع الأقران، يجب زيارة الطبيب المختص للتأكد من عدم وجود أمراض تعيق النمو وعلاجها بشكل سريع.



رسائل وردود

عزيزتي فلة:

السلام عليكم و رحمة الله و بركاته.. اسمي فرح ولدي مشكلة.. لدي ابنة أخي صغيرة وذهبت الى الروضة وهي تزعجني وتعاندني كثيراً ولا تعطيني مجالاً لأتكلم قالت لي والدتي لا تغضبي منها لأنها ما زالت صغيرة و في بعض الأحيان اضربها من غضبي. ماذا أفعل؟ أنا حائرة

عزيزتي فرح،

معاندة الصغار للكبار طبيعية، ولكن سببها هو حب الصغار للكبار وتطلعهم لأن يكونوا مثلهم ومحاولة منهم للفت انتباههم..

تعتقدين أنه لا يوجد لغة مشتركة يمكنك أن تتفاهمي بها معها! ربما، ولكن من الممكن جداً اختراع لغة جديدة،

١- كوني لطيفة معها وإذا بدأت بإزعاجك تجاهلي إزعاجها لك، فكل ما هنالك أنها تريد لفت نظرك إلى وجودها، وغالباً ستتوقف..

٢- لا تتجاهليها عندما تأتي لتطلب منك شيئاً فهذا سيزعجها جداً، وربما تبدأ بالبكاء، استمعي لما تريده وحاولي أن تكوني متفهمة..

٣- شجعيها بدلاً من أن تقللي من شأنها، فإذا أرتك صورة رسمتها لا تقولي لها، "ما هذه الشخبطة"، بل قولي لها، "ما أجملها!".. تذكري بأنها صغيرة ولا تستطيع أن ترسم بنفس طريقتك.. إمكانياتها بالتأكيد أقل من إمكانياتك..

٤- لا تطلقي عليها ألقاباً تكرهها..

٥- لا تنزعجي من تقليدها لك، فهذا طبيعي لأنك قدوة بالنسبة لها وهي تتطلع لأن تصبح مثلك قادرة على القيام بالأعمال التي تقومين بها.. أنت مثلها الأعلى، وعندما تصر على اللحاق بك حاولي أن تشغليها بلعبة عادية، أو لعبة جديدة على الحاسب أو شاركيها لعبة ما تحبينها....

٦- لا تضربيها حتى ولو ضربتك، فهي ليست قوية مثلك، إنها أضعف منك وضربك لها سيؤذيها، حافظي على هدوئك وأخبريها بأن الضرب عادة سيئة وإن لم تتجاوب معك أخبري والديك أو والديها..

٧- إذا أخطأت في تصرف ما صححي لها خطأها دون أن ترفعي صوتك وتصرخي في وجهها، فقط أصلحي الخطأ..

عزيزتي إنك قدوة لها فعندما ترى تصرفاتك ستتعلم منك كيف تتصرف مع من حولها، فحاولي أن تكوني قدوة جيدة لها.. كوني رفيقة معها وشجعيها وشاركيها نشاطاً معيناً كلما سنحت لك الفرصة، هكذا ستكسبينها إلى جانبك، لأن تصرفاتها في النهاية تعبير عن حبها لك، فلا تفقدي ذلك الحب..

بالتوفيق..

عزيزتي فلة: اسمي منة وأريد أن أسألك عن كيفية استغلال أوقات فراغي في أعمال مفيدة ومسلية؟

عزيزتي منة،

الكثير منا يعرف التسلية اليوم على أنها المتعة التي لا هدف من ورائها، فقط لمجرد الترويح عن النفس، كمشاهدة التلفزيون دون أي هدف إلا تمضية الوقت، أو الاستماع إلى الموسيقى، أو التحدث مع الصديقات على الهاتف لمجرد الحديث، وربما لاحظت مراراً بأن وقتك عندما يمضي بهذا الشكل ينتابك شعور بالضيق لأن الفراغ هو الوحيد الذي شغله، مع أنه من الممكن جداً أن نمضي أوقات فراغنا بطريقة فعالة وممتعة أيضاً واليك هذه الأفكار التي أتمنى أن تستفيدي منها..

١- يمكنك تعلم مهارة جديدة لم تعرفيها من قبل مثل الفوتوشوب (مثلاً) وقد أصبحت الكتب بمثل هذه المواد متوافرة في الأسواق كما أصبح تحميلها على الحاسب أسهل.. حاولي تخصيص ساعة لها في النهار أو ساعتين حسب حاجتك..

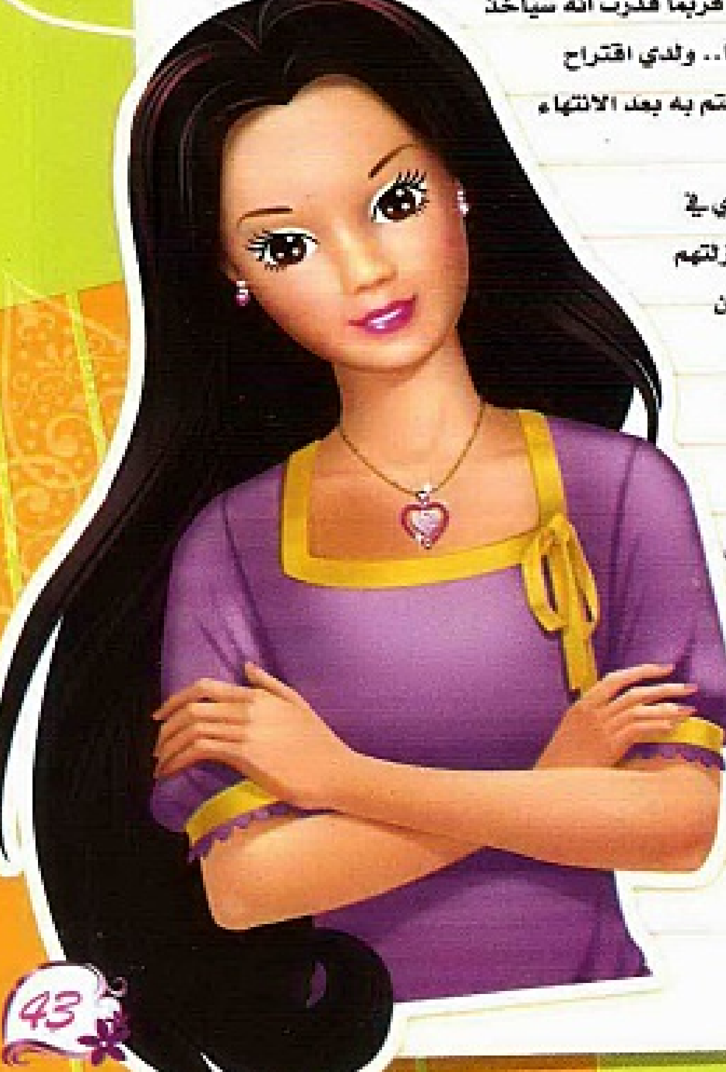
٢- قرري حفظ أربع صفحات من القرآن كل يوم خلال ساعتين تأخذينهما من نهارك.. أو صفحة واحدة منه مع تدبر معانيه وقراءة تفسيره، ستشعرين بمتعة لا حدود لها خاصة إذا شاركت هذه المتعة مع صديقة..

٣- ابحثي في المكتبة عن كتاب مفيد وضعي له مدة زمنية لتنتهي منه فربما قدرت أنه سيأخذ من وقتك أسبوعين وربما شهر.. ضعي لنفسك مدة زمنية والتزمي بها.. ولدي اقتراح أفضل ربما لو قرأت هذا الكتاب مع مجموعة من أصدقائك ثم تناقشتم به بعد الانتهاء منه فلربما استفدتم من اختلاف وجهات النظر بينكم..

٤- تطوعي يومين من كل أسبوع في دار للأيتام أو دار للعجزة لتساعدي في التخفيف عنهم، فوجودك في أماكن كهذه وتخفيفك من وحدتهم وعزلتهم سيعني لك الكثير قبل أن يعني لهم.. وإن لم تتمكني من هذا فقرري أن تقومي كل يوم بعمل تطوعي لمن تحبينهم.. مثل أن تساعدي أمك في عمل لم تتعودي أن تساعديها فيه، أو تجلسي مع أختك لتسمعي منها شيئاً ما يزعجها.. أو تعلميها شيئاً جديداً تعلمته أنت أو تعطيها معلومة مفيدة..

٥- خصصي وقتاً معيناً من كل أسبوع (مرتين أو ثلاثاً) لزيارة أقاربك وصلة رحمك مثل خالتك أو عمتك أو عمك وإن لم تستطيعي فحاولي التواصل معهم على الهاتف قدر الإمكان..

٦- مارسي الرياضة كل يوم لمدة نصف ساعة على الأقل فهذا سيشد من همتك للعمل وينشط فكرك..



إنها بضع أفكار صغيرة.. ولكن هناك الكثير مما يمكنك أن تقدميه وأن تملئي به وقت فراغك بطريقة ممتعة وفعالة ومفيدة..

بالتوفيق..

بدر ونور مع عجائب الدنيا

مفاجآت الأقصر (١)

سيناريو: وداد عياش - رسم وتلوين: منال الشعار




كانت نور تلتقط صورتها
صورة كبيرة في معبد الكرنك .. هنا كل شيء كبير .. لأن الفرعون الجديد كان يبني فيه صروحاً أكبر من الفرعون الذي سبقه وكأنه يتحداه
وفجأة
هه!! هيييييه بدر حقيبتي؟!
هه؟!... أي حقيبة
حقيبتي سرقها .. يا إلهي فيها أوراقي وأوراقك ومفتاح غرفتنا
ركض بدر وراءه، لكن اللص اختفى داخل المعبد
هيــه .. أنت ..
هيا
ولاحقاً داخل المعبد بينما كانا يبحثان عن اللص انضما إلى المجموعة بطلب من العم مهدي
لا تبتعدا يا صغيريّ
يا إلهي! ما أضخم هذه التماثيل


هنا وفي صباح يوم ٢١ ديسمبر من كل عام، تعامد الشمس هذا المعبد وثلاثة معابد أخرى وتضيء الشمس تمثال الإله آمون هذا لمدة ٢٠ دقيقة معلنة بدء الشتاء
لاحقاً .. يتمكن الولدان من الابتعاد
فعلاً المسلة ضخمة!
اختفى اللص تماماً!
أعتقد أن قاعة الأعمدة الضخمة مكان مناسب للبحث عنه، ففيها ١٣٤ عموداً ضخماً وهي أضخم قاعة لصرح ديني في العالم
وبعد قليل يصل الولدان إلى قاعة الأعمدة الضخمة، وفجأة
هسسس.. إنهم هنا!
لا يمكن أن نترك الحقيبة معهم
راقبهم وسأطلب المساعدة من العم مهدي أو المرشد السياحي
ولكن بينما تبحث نور عن مساعدة يلاحظ بدر أن اللصوص يهمون بالمغادرة..
يجب ألا أدعهم يفلتون بالحقيبة
وفجأة يركض بدر ويحاول اختطاف الحقيبة وهو يصرخ لافتاً الانتباه
النجدة!! لصوص! نور.. سيد مهدي



بينما يتصارع بدر مع اللصوص انتبهوا لعودة نور والعم مهدي
هيا هيا .. جاء آخرون
وعند وصول مهدي ونور
هل أنت بخير
نعم لا تقلقي
الحمد لله، من المهم أن تنتبها وتبقيا قريبين منا
وعند البحيرة المقدسة
هذه البحيرة المقدسة حيث كان الفراعنة يقومون بطقوسهم الدينية
لو غسلنا دماغك هنا ربما لن تحاول مواجهة عصابة بمفردك ثانية
نور لا تسخري مني!
ولاحقاً في الحافلة عندما تحركت المجموعة باتجاه معبد الأقصر، يكتشف بدر مصيبة جديدة!
سآخذ أوراقي وخذي حقيبتك الثقيلة ما هذا؟!
وفي نفس اللحظة كانت نور تبصر مفاجأة أخرى مخيفة
بدر اللص الكبير يلاحقنا .. رأيته ينظر إلي بتهديد
حتماً سيلاحقنا لأن كنزه معنا
لابد أنهم وضعوه في حقيبتك
وتتوقف الحافلة فقد وصلوا إلى معبد الأقصر القريب ... يتبع

لمحات من القرآن

﴿مَا نَنسَخْ مِنْ آيَةٍ أَوْ نُنسِهَا نَأْتِ بِخَيْرٍ مِّنْهَا أَوْ مِثْلِهَا..﴾ البقرة ١٠٦

نأتي بعد ذلك إلى قوله تعالى: أَوْ مِثْلِهَا..

هنا توقف بعض العلماء: قد يكون مفهوماً أن ينسخ الله آية بخير منها، ولكن ما هي الحكمة في أن ينسخها بمثلها؟ إذا كانت الآية التي نسخت مثل الآية التي جاءت.. فلماذا تم النسخ؟

نقول إننا إذا ضربنا مثلاً لذلك فهو مثل تغيير القبلة.. أن الله تبارك وتعالى حين أمر المسلمين بالتوجه إلى الكعبة بدلاً من بيت المقدس نسخ آية بمثلها.. لأن التوجه إلى الكعبة لا يكلف المؤمن أية مشقة أو زيادة في التكليف.. فالإنسان يتوجه ناحية اليمين أو إلى اليسار أو إلى الأمام أو إلى الخلف وهو نفس الجهد.. والله سبحانه وتعالى كما قلنا موجود..

وهنا تبرز الطاعة الإيمانية التي تحدثنا عنها وأن هناك أفعالاً نقوم بها لأن الله قال..

وهذه تأتي في العبادات لأن العبادة هي طاعة عابد لأمر معبود.. والله تبارك وتعالى يريد أن نثبت العبودية له عن حب واختيار.. فإن قال افعلوا كذا فعلنا.. وإن قال لا تفعلوا لا نفعل.

ويجب أن نتنبه إلى أن النسخ لا يحدث في شيئين:

الأول: أمور العقائد فلا تنسخ آيةٌ آيةً أخرى في أمر العقيدة.. فالعقائد ثابتة لا تتغير منذ عهد آدم حتى يوم القيامة..

والثاني: الإخبار من الله عندما يعطينا الله تبارك وتعالى آية فيها خبر لا ينسخها بآية جديدة.. لأن الإخبار هو الإبلاغ بشيء واقع..

ولكن النسخ يكون في التكليف.. والآيات في هذا المجال كثيرة

من خواطر الشعراوي رحمه الله..



مساهمات القرّاء



نور عبد اللطيف
١٠ سنة - العراق

العدد (٩٤)
قسيمة الاشتراك

الاسم: ....

السن : .... العنوان : ....

....

الفاكس : .... الهاتف : ....

قيمة الاشتراك السنوي لاثني عشر عدداً تبلغ ١٥٦ ريالاً سعودياً أو ما يعادلها بالعملات الأخرى .. يرسل المبلغ عن طريق الوكلاء المعتمدين في الدول .



أصدقاء فلة





ريان صلاح الدين أحمد



العنود صالح عبيد
٦ سنوات - سلطنة عمان



صفا وجيه أحمد
٨ سنوات - مصر



ضحى جرجاني
١٦ سنة - المغرب



عمود تقوى الله
٩ سنوات - الجزائر



فيروز صايح
١٣ سنة - الجزائر



لارا سليم بصام
٨ سنوات - الإمارات العربية



ليليا حمادة
سنتين - سوريا



نيرمين أبو حجية
٦ سنوات - سوريا



ياسمين أحمد الشبلي
١٠ سنوات - السعودية



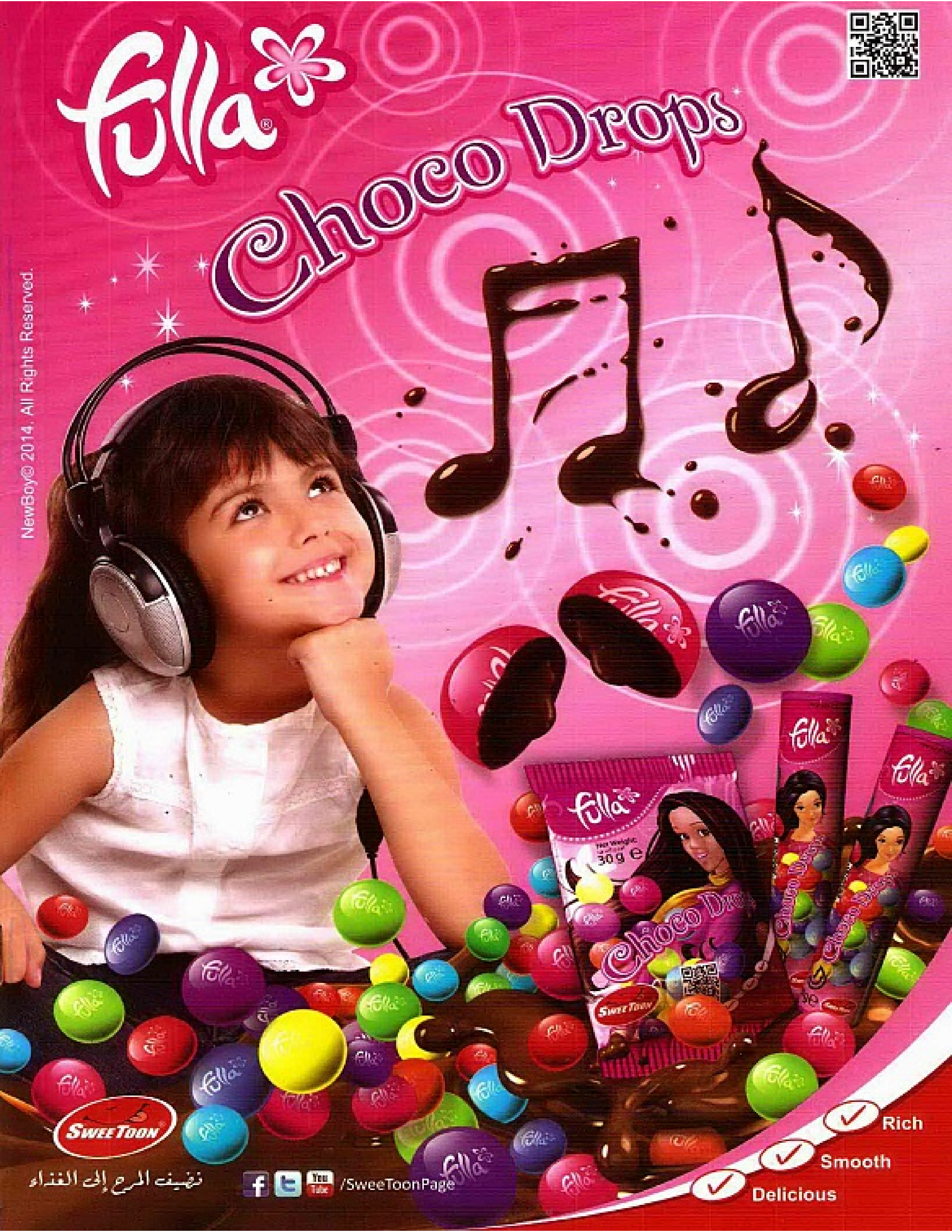
نورا شاكر
٩ سنوات - سوريا



نور الهدى بسطاوي
٦ سنوات - الجزائر



متعة لاحدود لها مع فروستي بايتس.!!
Frosty Bites collection®
اصنعي السلاش
ومخفوق الحليب
والكثير من المثلجات..!
فقط أضيفي
نكهتك المفضلة
واتبعي التعليمات
glow pops
REALLY LIGHT
Party Penguin
Cone Maker
Polly
Molly
Milksha
Make
SnoCone
ICY TREAT MAKER™
Shake A Slush
SHAKE TO MAKE!
NEW BOY
/NewBoy Page
© 2002 LANARD TOYS LTD.


fulla
Choco Drops
NewBoy© 2014. All Rights Reserved.
Net Weight
30 g e
Choco Drops
SweeToon
نضيف المرح إلى الغذاء
/SweeToonPage
Rich
Smooth
Delicious